Path.
1548
ℨ

Path. 1548 x

<36626027570017 S

<36626027570017

Bayer. Staatsbibliothek

Lehrsätze
der
Diät oder Lebensordnung
eines
der größten Aerzte.

Nebst einem Anhang,
diese Lehrsätze
bei Gesunden und Kranken gut anzuwenden, eine Krankengeschichte richtig abzufassen, Kranke gehörig auszufragen.

Endlich eine Anweisung
zur
Verfertigung verschiedener bewährter Heil- sonderlich Hausmittel.

Nürnberg und Altdorf,
bei Monath und Kußler
1794.

B S B
MÜNCHEN
07/95/196

Dem

Hochwohlgebohrnen Herrn

Herrn

Franz Ludwig von Cancrin,

Ihro Rußisch-Kaiserlichen Majestät

Hochbetrautem Collegien-Rath, und

Directors der Starajarussischen

Salzwerke,

Mitglied

verschiedener

Gesellschaften der Wissenschaften,

Seyen

diese Blätter

voller

Verehrung und Ergebenheit

gewidmet.

Ew.

Ew. Hochwohlgebohrn

Weitumfassende Gelehrsamkeit und große Verdienste um die Wissenschaften kenne ich: und wer kennt solche nicht, der Gelehrsamkeit schäzt? Aber ich kenne auch Dero edlen Character und vortrefliches Herz. Wie sanft ergoß sich solches gegen mich in jenen unvergeßlichen Stunden, in welchen ich das Glück hatte, mich Dero Umgangs zu erfreuen. Die Erinnerung davon ist mir noch Wonne.

Mögte nur die Welt glauben, daß ich seitdeme immer unter die Zahl Ihrer größten Ver-

Verehrer gehöre. Mögten Ew. Hochwohlgebohrn Sich Selbst überzeugen, daß, bey aller Entfernung, Ihre Gewogenheit und Freundschaft mir über alles gehe; daß Sie meinem Herzen beständig eben so nahe; daß Dero Bild noch immer so deutlich und lebhaft vor meiner Seele schwebe, daß die Länge der Zeit auch nicht einen Zug davon habe verwischen können; daß meine Verehrung und Ergebenheit noch eben so unbegrenzt und warm; und daß mich noch eben so innigst verlangt, mit Ew. Hochwohlgebohrn mir unaussprechlich theuren Gewogenheit und Freundschaft noch fernerhin beehret zu werden. Dieses betheure ich hier vor dem Angesicht des Publikums.

Er.

Erklärung an die Leser.

Freunde Eurer Gesundheit! ich übergebe Euch hier die Diätetik eines der größten Aerzte. Sachkenner werden ihn leichtlich errathen, andern kann und wird sein Name gleichgültig seyn. In Rücksicht seiner gedrungenen Kürze, seiner Gründlichkeit, Ordnung und Vollständigkeit, wird er, in Vergleich mit andern, fast immer gewinnen. Er ist überdem in seinen Grundsätzen ganz einfach, und der Natur des menschlichen Körpers vollkommen getreu. Wer ihn liest, folgt seinen Vorschriften gern, weil es Vorschriften der Natur sind, und er sie ihm aus allgemein faßlichen Gründen darlegt.

Damit ich aber nicht blos das Eigenthum anderer gebe, so füge ich auch was von dem meinigen bey. Wer in den Fall kommt,

daß

daß er es benutzen kann, wird nicht mit mir hadern, daß ich dem Büchlein so was angehängt habe. Ihr findet hier eine Anweisung, wie man eine gute Krankengeschichte abfassen, Kranke selbst gehörig ausfragen; und wie man die hier gegebenen allgemeinen diätetischen Regeln, bey Gesunden und Kranken, richtig anwenden soll. Ich mache Euch endlich auch darinnen mit einigen, theils bisher geheim gehaltenen, auch verschiedenen andern nützlichen Arzneien, vorzüglich mit einer Auswahl guter Hausmittel, bekannt.

Die ganz verschiedene Rechtschreibung ist der verschiedenen Gesinnung des, der den Druck besorgte, zuzuschreiben; und wird deshalb der geneigte Leser um Nachsicht ersucht.

Mögte doch das Lesen dieses Büchleins, zu mehrerer Beförderung der Gesundheit und Verlängerung des Lebens, das seinige beitragen!

Ein-

Einleitung.

§. 1.

Die Lehre von Erhaltung der Gesundheit hat einen dreifachen Endzweck: die gegenwärtige Gesundheit zu erhalten; den bevorstehenden, im Grundstof des Körpers als in einem Saamen liegenden, leicht zu erweckenden Krankheiten, vorzubeugen; und endlich die Mittel zur Erreichung eines hohen Alters anzugeben.

§. 2.

Denn, weil die Gesundheit in nichts anders bestehet, als in einem Vermögen des Körpers, alle ihm zukommende Geschäfte gehörig zu verrichten; und da dieses eine angemessene Beweglichkeit der flüßigen und vesten Theile voraussezt: so folgt nothwendig, daß diese Gesundheit, als vollkommen angenommen, sich endlich durch sich selbst zu Grunde richten müsse; weil solche die vesten Theile abnuzt, und die flüßigen verzehret; wodurch beiderley, so veste als flüßige, verderben und zu nichte werden.

§. 3.

Die Erhaltung der Gesundheit besteht demnach darinnen, daß die abgenuzten und abgegangenen, so vesten als flüßigen, Theile unausgesezt und in einemweg mit neuen, von der nemlichen Menge und Beschaffenheit, ersezt werden.

§. 4.

Zum Stof hiezu sind Essen und Trinken, vielleicht auch die Luft, erfoderlich. Diesen Stof bereiten zu und machen tüchtig, die Verrichtungen des Körpers, so wohl die Lebens- als natürliche und thierische Verrichtungen; diese nemlichen Verrichtungen sezen solches auch an den benöthigten Orten, wo etwas abgenuzt worden, an; und durch eben dieselben wird auch der Körper von den überflüßigen rohen und schädlichen Theilen befreiet.

Das I. Capitel.

Die allgemeinen Kennzeichen einer vollkommenen Gesundheit.

§. 5.

Diese werden am sichersten aus den Verrichtungen des Körpers ersichtlich; wenn solche leicht, bequem, mit Vergnügen, und mit anhaltender Dauer vollbracht werden.

§ 6.

Die ersten drey Eigenschaften sind leichtlich zu erkennen die vierte hingegen um desto schwerer: denn die langwährende Fortdauer der Wirkungen ist nur aus den Kennzeichen eines hohen Alters ersichtlich; und daher geben diese auch die besten Merkmale einer dauerhaften Gesundheit ab.

§. 7.

Sämtliche erst erwähnte Kennzeichen eines langen Lebens sind insgesamt Wirkungen derjenigen Beschaffenheit des Körpers in Rücksicht seiner vesten und flüßigen Theile, von welcher die Dauer des ganzen Baues desselben vorzüglich abhängt. Diese aber bestehet in der Verwandlung der genossenen Nahrungsmittel in die nemlichen Theile, aus welchen die menschliche Maschine zusammengesezt ist, oder bestehet.

§. 8.

Mittelst sorgfältig angestellter Beobachtungen hat man folgende Merkmale eines langen Lebens entdeckt:

a) Vor der Geburt.

1.) Wenn man von gesunden, starken, in einem blühenden Alter stehenden Eltern, erzeugt worden; deren Umarmungen zwar selten aber desto feuriger, und besonders

im Frühling, bey gesunder Witterung, in den Frühstunden, nach wohl vollbrachter Verdauung, geschehen.

2.) Währender Schwangerschaft soll die Mutter recht gesund seyn, sich viele Bewegung machen, ein ruhiges Gemüth haben, nur eine einzige Leibesfrucht tragen, auch gesunder Nahrungsmittel sich bedienen.

b) Während der Geburt:

3.) Die Geburt soll leicht, und nach gänzlich verflossenen 9 Sonnen- oder 10 Mondenmonaten, mit 40 Wochen, am besten im Monat December, Jenner, oder Februar, geschehen.

c) Nach der Geburt:

4.) Das Wachsthum, sowohl in Rücksicht der Größe als der Kräfte, soll langsam und gleichförmig von statten gehen, auch bis ins 25 Jahr und drüber, fortdauern.

5.) Die Gestalt und Beschaffenheit des Körpers sey folgende: Eine große breite Brust; ein kleiner engzusammengezogener Unterleib; derbe, starke, fleischige Schultern, Arme, Schenkel, Füße, rauh und mit vielen starken, borstigen Haaren, bewachsen; der Kopf sey groß und weit, mehr im hintern Theil als am vordern,

und

und am Antliz; viel Fleisch, wenig Fett. Die Haut dicht und derb anzufühlen.

6.) Die Säfte seyen: das Blut schön roth, doch zähe, und aus der Ader gezapft so-gleich in eine dichte, zähe Masse zusammgerinnend; die übrigen Säfte sollen in gehöriger Menge, auch zähe, mild, mittelmäßig warm, und nur wenig öhlig, vorhanden seyn.

7.) Die Geschäfte oder Verrichtungen (functiones) des Körpers seyen: Ein langsames, starkes, volles, leichtes, gleichförmiges Athemholen, wobey die Bewegung der Brust kaum zu bemerken; ein langsamer, großer, voller, gleicher, starker, beständiger, von geringen Ursachen nicht leicht Veränderungen unterworfener Puls; nicht allzuoftmalige, und ohne Nachtheil der Gesundheit trockene, Leibesöfnung; nicht viel und wohl ausgekochter Urin; selten Schweiß; ein tiefer, gleichfortdauernder, ununterbrochener, erquickender Schlaf; starker Appetit, und gute Verdauung; standhaftes Ausharren in aller Arbeit und Geschäften; langsame Wirkungen der Seele; langsame Leibes- und Gemüthsbewegungen; Standhaftigkeit und Gelassenheit bey allen sich ereignenden Vorfällen.

§. 9.

§. 9.

Daß aber die körperliche Maschine tüchtig sey, ihre Geschäfte leicht, bequem, und mit Vergnügen zu vollführen, erhellet aus folgenden:

1.) Mittelst der Beobachtung unserer Sinnen selbst.

2.) Wenn die ersterwähnten Kennzeichen eines langen Lebens vorhanden sind. (§. 8.)

3.) Wenn die vesten Theile des Körpers, in Rücksicht ihrer Bestandtheile, derb, stark, vest, zähe, elastisch; in Ansehung ihrer Größe, Figur, Oberfläche aber, in einer solchen Beschaffenheit, Lage und Verhältniß sich befinden, daß sowohl die ihnen eigenthümlichen, als die gemeinschaftlichen Bewegungen, in den vesten und flüßigen Theilen, auf das leichteste und bequemste von statten gehen.

4.) Wenn die Säfte dergestalt beschaffen, daß ihre innerliche Bewegung, deren Kreislauf, und die daher entstehenden Absonderungen, die Ernährung und Ausleerungen, ohne Ungleichheit und die von solcher herrührenden Unbequemlichkeiten, immer ordentlich vor sich gehen.

5.) Wenn Leib und Seele dergestalt miteinander verbunden sind, daß daraus gemäßigte,

keines.

keineswegs aber allzuheftige, Gemüthsbewegungen entstehen.

6.) Wenn das Gesicht roth und weiß, oder angenehm brunett; eine gemäßigte Wärme, nebst der Empfindung einer Leichtigkeit in den Gliedern, zu verspühren; auch der Körper den Ursachen aller Krankheiten insgesamt mit gleicher Kraft und Stärke Widerstand thut.

§. 10.

Hingegen ist es eben kein zuverläßiges Kennzeichen einer vollkommenen Gesundheit, wenn die Natur des Körpers der besondern Ursache dieser oder jener giftigen oder ansteckenden Krankheit stark widerstehet; z. E. schwache Hypochondern werden am seltensten von faulen epidemischen Krankheiten angegriffen, weil ihr von Säure ganz angefüllter Körper der Fäulniß den kräftigsten Widerstand leisten kann. Im Gegentheil gilt aber auch der Schluß nicht: wer von dieser oder jener Krankheit leicht angegriffen wird, der hat eine schwache Natur. Denn die gesündesten und stärksten Personen werden gemeiniglich am ersten von entzündlichen Krankheiten, von der Pest und von andern ansteckenden und

giftigen Seuchen angefallen, und zu Boden geworfen.

Das II. Capitel.

Die Kennzeichen der individuellen, d. i. einem jedem Menschen besonders eigenthümlichen, Gesundheit.

§. 11.

Die gute Beschaffenheit eines jeden Eingeweides insbesondere wird daraus erkannt, wenn dessen Verrichtungen lebhaft, mit Leichtigkeit, und mit einiger anhaltenden Dauer vollbracht werden. Weil nun dieses alles zugleich mit seinen Ursachen vollständig in der Physiologie erklärt worden; so kann solches von dort aus leichtlich hieher angewandt werden.

§. 12.

Die Gesundheit ist aber eine Eigenschaft, welche von dem besondern Bau des Körpers, in Ansehung seiner vesten und flüßigen Theile, abhängt. Es besizt demnach jedermann seine ihm ganz eigenthümliche, besondere, einzelne Gesundheit; und sie ist es nur in Rücksicht auf diesen ihren eigenen individuellen Körper. Daher ist es möglich, daß verschiedene Personen, welche in Ansehung ihrer vesten und flüßigen Theile unendlich weit von einander unterschie-

den

den sind, sich dennoch, jede für sich besonders, einer vollkommenen Gesundheit zu erfreuen haben. Solches nennten die Alten Idiosyncrasie, oder die Temperaments-Gesundheit. Diese ist demnach bey jedem einzelnen Menschen schwer zu bestimmen. Inzwischen hat die von den Alten aufgebrachte und vestgesezte Eintheilung der Temperamente, in das hizige oder warme, kalte, feuchte, trockene; in das cholerische, sanguinische, melancholische, phlegmatische, immerhin ihren Nuzen in der Arzneikunst.

§. 13.

Als Kennzeichen eines hizigen Temperaments werden angegeben: gelbe, dichte, häufige Haare über den ganzen Leib; röthliche Farbe im Weissen der Augen; eine recht hohe Röthe in den Thränendrüsen, im Gesicht, an den Lippen und im Mund; ein schmächtiger, lebhafter, starker, mit vieler Wärme begabter Körper; ein starker etwas schneller Puls; eine Neigung zum Jachzorn, welcher aber nach kurzer heftiger Aufwallung schnell wieder vorbey geht. Dergleichen Personen scheinen starke, aber engzusammengezogene Gefäße; robuste Eingeweide, in großer Bewegung befindliche zähe, scharfe Säfte zu besizen. Zuträglich sind solchen anfeuchtende, verdünnende, temperirende Mittel; äusserst schädlich hingegen alle hizige Sachen.

§. 14.

Die den hizigen entgegengesezte Kennzeichen sind hingegen für Zeichen eines kalten Temperaments zu betrachten; nemlich eine glatte mit wenig Haaren besezte Haut; etwas blasse Farbe; ein einigermaßen dicker, sich langsam bewegender, minder starker, kalter, leicht aufgedunsener Körper; ein kleiner langsamer Puls; etwas stumpfe Sinnen; ein furchtsames Naturel. Diese besizen milde, wässerige, schleimigte, langsam zu bewegende Säfte; ihre vesten Theile hingegen sind schlapp und schwammig. Stärkende und erwärmende Mittel sind ihnen zuträglich, wie hingegen kühlende, anfeuchtende, erschlaffende schädlich.

§. 15.

Die Kennzeichen eines trockenen Temperaments sind fast die nehmlichen, wie die des hizigen, wenn solche in einem magern Körper anzutreffen. Dergleichen Personen besizen enge Gefäße, wenige und scharfe Säfte. Zuträglich und schädlich sind ihnen die nemlichen Sachen, wie im hizigen Temperament. Das feuchte oder phlegmatische Temperament ist das nemliche mit dem kalten, wenn der Körper wirklich aufgedossen ist. Daher auch von diesem alles gilt, was dem kalten Temperament zukommt.

§. 16.

Ein **cholerisches** oder gallenreiches Temperament wird erkannt: an vielen schwarzen, krausen Haaren, am harten, magern, schmächtigen Fleisch; an brunetter Farbe; grossen und weiten Blutgefäßen; großem schnellem Puls; Standhaftigkeit und Dauer in allen Verrichtungen; und an der Neigung zum Zorn. Diese scheinen um so mehr veste als flüßige oder wässerige Theile zu besitzen. Hizige, trockene Dinge sind dem Cholericus schädlich; zuträglich hingegen alle anfeuchtende und kühlende Sachen.

§. 17.

Das **sanguinische** Temperament unterscheidet sich durch wenige, weißgelbe oder braune Haare; große aufgelaufene blaue Adern; vieles und schwammiges Fleisch; rosenrothe Farbe; Neigung zum Jachzorn; Leichtsinn, große Empfindsamkeit. Zuträglich sind dergleichen Personen ausleerende- und Temperirmittel; nachtheilig hingegen hizige und stark reizende Sachen.

§. 18.

Das **phlegmatische** Temperament wird aus folgenden Zeichen erkannt: einer sehr glatten Haut; weissen dünnen Haaren; weisser Farbe;

be; aufgedunsenem, weichen, fetten Körper; kleinen tiefliegenden Adern. Diese scheinen kleine Blut- hingegen desto größere Seitengefäße zu besitzen. Sie haben eine Aehnlichkeit mit dem kalten Temperament (§. 14.) Nützlich sind ihnen alle erwärmende, stärkende, trocknende Mittel; schädlich hingegen, alles was feucht und kühlend ist.

§. 19.

Endlich das melancholische Temperament wird erkannt aus einer glatten Haut; kohlschwarzen Haaren; großer Magerkeit; sehr schwärzlicher Farbe über den ganzen Körper, die nur unter einer solchen Nation zu erblicken; Langsamkeit, anhaltender Dauerhaftigkeit in allen Handlungen; lang anhaltendem Zorn; durchdringendem Verstand. Die solches besitzen, scheinen straffe, starke, magere Gefäße; nebst dicken, zähen, innigst vermischten und nicht leicht von einander abzusondernden oder der Veränderung unterworfenen Säften, zu besitzen. Aeusserst schädlich sind ihnen hizige, trockene, scharfe Mittel; alles anfeuchtende, kühlende, lindernde, erweichende, milde, ohne Schärfe auflösende hingegen ungemein dienlich.

§. 20.

Es erhellet aus diesem allen der große Nuze in Erkenntnis derjenigen Krankheiten, zu welchen ein jedes Temperament einen vorzüglichen Hang hat, die jedem eigenthümlich zukommen, und deswegen auch schon voraus verkündigt werden können. Ein großer Theil der vorbestimmenden Ursachen der Krankheiten hängt hievon ab.

Das III. Capitel.

Die Lebensordnung oder Diät.

§. 21.

Diese ganze Wissenschaft die Gesundheit zu erhalten, wird durch Vestsezung der Regeln bestimmt, welche den rechten Gebrauch der sogleich zu erwähnenden (von den Alten insgemein sogenannten) nicht natürlichen Dinge lehren; und wie solche zur Erhaltung und Ernärung des Körpers oder Ersezung der abgenuzten und abgegangenen Theile (§. 3.) desselben anzuwenden. Diese Dinge sämtlich können zum Behuf des Gedächtnisses in vier Gattungen eingetheilt werden:

1.) In den Körper gebrachte Dinge: Luft, Essen, Trinken, Arzneimittel, Gifte. Diese werden in den Körper gebracht durch die

Schweiß-

Schweislöcher der Haut; durch die Nase; durch den Mund; die Luftröhre und Lunge; den Schlund, Magen, die Gedärme, die Geburtstheile; in Gestalt eines Dampfs, Rauchs, Tranks, durch Niederschlucken; auch in Form eines Clystirs oder einer Einsprüzung.

2.) Die Bewegung entweder des ganzen Körpers oder eines Theils desselben. Alle Gemüthsbewegungen; Ruhe des Leibes und der Seele; daher auch Schlaf und Wachen hieher zu rechnen.

3.) Zurückhaltung und Ausleerung. Die Theile mögen der Gesundheit zuträglich, abgenuzt, oder ungesund und krankmachend seyn.

4.) Aeusserlich an den Körper gebrachte Dinge: als Luft, Dünste, Bähung, Bad, Kleider, Salbe, Liniment, Pflaster, verwundende, quetschende, zerfressende Instrumente und Mittel.

Diese nemlichen Dinge pflegen andere in 6 Classen einzutheilen, unter dem Namen der 6 nicht natürlichen Dinge: als 1.) Luft. 2.) Essen und Trinken. 3.) Bewegung und Ruhe. 4.) Gemüths-Affecten. 5.) Schlaf und Wachen. 6.) Ausleerung und Zurückhaltung. Sie

werden

werden die nicht natürlichen Dinge (res non naturales) genannt, weil solche, an und vor sich betrachtet, zu dem Wesen unsers Körpers zwar nicht gehörig, aber bey ihrem rechten Gebrauch natürlich und gut, bey übler Anwendung hingegen widernatürlich und schädlich befunden werden.

§. 22.

Es hält aber sehr schwer, diese Regeln solchergestalt vorzutragen, daß deren Ausübung einem jeden Menschen zuträglich seyn möge.

§. 23.

Die Ursache dieser Schwürigkeit liegt gemeiniglich in der besondern individuellen Beschaffenheit jedes einzelnen Menschen, in Kraft welcher oftmals die Beobachtung ein und eben derselben Lebensart ganz entgegengesezte und widrige Wirkungen hervorbringt.

§. 24.

Dergestalt, daß verschiedene Menschen, ob sie gleich einen völlig verschiedenen, ja einander ganz entgegengesezten Gebrauch von den nicht natürlichen Dingen machen, d. i. eine gänzlich unterschiedene und einander entgegengesezte Lebensart führen, sich demohneracht sehr wohl, ja ganz gesund dabey befinden; hingegen, so bald

bald sie ihre Lebensart mit einander verwechseln, alsogleich erkranken; da sie doch, bey ihrer gewohnten einander schnurstracks entgegengesezten Lebensordnung sich des besten Wohlseyns zu erfreuen hatten.

§. 25.

Auch die Gewohnheit selbst, welche einige nicht uneben die andere Natur oder Idiosyncrasie nennen, lehret fast unglaubliche Dinge ertragen; man mag solche in Ansehung der Luft, der Speise und des Getränkes, der Bewegung, der Arzneimittel, oder anderer Dinge, betrachten.

§. 26.

Derohalben ist eine plözliche Veränderung einer tief eingewurzelten Gewohnheit allezeit, und in jeder Rücksicht, mit der größten und fürchterlichsten Gefahr verbunden; auch, wenn eine vermeintlich böse Gewohnheit mit einer für besser geachteten, verwechselt wird.

§. 27.

Hingegen, solche nach und nach verändern, und eine oftmals abwechselnde Lebensart täglich führen, ist ein trefliches Hülfsmittel, die Gesundheit zu erhalten.

Das IV. Capitel.
Von der Luft.

§. 28.

Eine recht schwere, gemeiniglich also heitere und trockene Luft, wird allenthalben für die gesundeste gehalten.

§. 29.

Die verschiedenen Wirkungen der Luft, und deren, sowohl heilsame als schädliche, Eigenschaften, sind in der Abhandlung von den in der Luft enthaltenen Ursachen sowohl der Gesundheit, als der Krankheiten (Institut. § 746-754.), angezeigt worden. Von dort her werden solche also hier in der Kürze nachgeholt.

§. 30.

Eine zu schwere Luft drückt die sämtlichen Canäle und Säfte des ganzen Körpers allzustark zusammen; vorzüglich die in der Lunge. Daher wird der Widerstand gegen das Herz zu groß, die Bewegung der Säfte gehemmt, und auch wohl der Tod dadurch verursacht.

§. 31.

Wenn hingegen die Luft allzuleicht; so ist ihr Druck zu schwach. Daher werden die Gefäße zugleich mit den Säften ausgedehnt, woraus sodann Geschwulst in den vesten Theilen,

Ergießung der Feuchtigkeiten, und deren Anhäufung an unschicklichen Orten, mithin also Krankheiten erfolgen. Zu gleicher Zeit ist ihre Kraft zu schwach, um den Widerstand der sich zusammenziehenden und der Ausdehnung widerstehenden Lungenfäsergen zu überwältigen; daher Hemmung des Athemholens, Anhäufung des Bluts in der Lunge, plözliche Lungenentzündung, und der Tod. Eine allzudichte Luft hat die nemlichen Folgen, wie eine zu schwere, eine allzudünne, die einer zu leichten.

§. 32.

Eine zu warme Luft zerstreuet die subtilsten Feuchtigkeiten in den Augen, der Nase, dem Mund, und der Luftröhre; trocknet die in solchen Theilen befindlichen kleinen Gefäße aus, drängt das Blut in der Lunge mehr zusammen, verhindert folglich, auf beiderley Weise, das Geschäft der Lunge, und verursacht viele daraus entspringende Krankheiten. Die subtilen, in der äusserlichen Oberfläche sich enthaltenden Feuchtigkeiten, nimmt solche weg; die andern, tiefer im Körper befindlichen, löset sie auf; und das leicht bewegliche zerstreuet solche; vermindert diesemnach beständig die wässerigen, geistigen Theile und die flüchtigen Salze; hingegen die vesten Salze, die dicken, zähen, öhligen,

nebst

nebst den verbrannten, scharfen, in solchen öhligen enthaltenen —, nicht minder die erdigen feuervesten Theile, vermehrt sie, häuft sie an, vereinigt und drängt solche in zähe unauflösliche Massen zusammen. Es entstehen demnach hieraus eine Unbeweglichkeit der flüßigen und zugleich eine Ausdehnung und Schwäche der vesten Theile, nebst den daher entspringenden Folgen, als Verstopfung, Austrocknung, Entzündung, geschwächte Zubereitung oder Kochung, Fäulnis, Verstopfung des Leibes, Durst, tropfenweiser Abgang des Urins, und dieser hochgefärbt, mit Brennen, und rothbraun; gelbe Farbe der Säfte, hizige Krankheiten, begleitet von großer Trockenheit und Hize. Vor allem andern werden dadurch die Nerven und Wassergefäße, nebst ihren Wirkungen, vorzüglich geschwächt.

§. 33.

Eine kalte Luft zieht die Fäsergen der vesten Theile zusammen, macht sie dicht und stark; daher äussern solche eine verstärkte Wirkung auf die, in ihnen enthaltene, Säfte: das plözliche Warmwerden der kalten Luft erschlafft die Fäsergen und zerstört solche. Die nemliche kalte Luft verdickt unsere Säfte, macht solche dicht und stockend, trocknet die Lunge aus, macht sie

 straf,

straf, und das Blut in der Lunge stockend. Daher entstehen nun Verstopfung, Entzündung, Trockenheit, nebst einem keichenden Othem, Husten, Schnuppen, Catarrhen, Schleim, Eiter, heisser und kalter Brand. Bewegt sich der Körper zugleich stark, so wird die Wirkung der vesten Theile in die flüßigen — und der flüßigen in die vesten dermaßen heftig, daß daraus eine ausserordentliche Auflösung der Säfte, allzustarke Ausdünstung, großer Hunger, Schwäche, Ohnmachten, ja wohl gar ein plözlicher Tod, zu erfolgen pflegen. Im Gegenth il, wenn allzugroße Ruhe mit großer Kälte der Luft vereinigt, in den Körper zugleich wirken; so entstehen daher, verminderte, stumpfe Empfindlichkeit, Gliederschmerzen, ingleichen der Scharbock.

§. 34.

Ist die Luft allzufeucht, so erschlafft sie die Fäsergen des Körpers insgesamt, löset solche auf und schwächt sie, sonderlich die in der Lunge; sie kann, da sie selbst sehr feucht ist, die Ausdünstung der Lunge nicht in sich nehmen; diese ausdünstende Theile vermehren sich demnach, und werden dadurch in der Lynge widernatürlich angehäuft; daher auch die Ausdünstung, wie überhaupt, so vornemlich in der Lunge, verhindert und vermindert wird: es entstehen demnach

nach hieraus schleimige Husten und Lungenentzündungen, schleimige Durchfälle, stumpfe Empfindlichkeit, (stupor) ingleichen auch Fieber. Wenn die Luft feucht, und zugleich sehr warm ist; so erfolgt eine plözliche Fäulnis. Bey einer feuchten und zugleich sehr kalten Luft, häufen sich die wäßrigen und schleimigen Feuchtigkeiten ebenfalls zu stark an.

§. 35.

Eine allzutrockene Luft wird fast die nemlichen Wirkungen äussern, wie die zu warme. (§. 32.)

§. 36.

Himmel, Jahrszeit, Erdboden, Meere, Berge, Seen, Sümpfe, Flüsse, Dünste, Ausdünstungen, Lufterscheinungen, bringen sehr merkliche Veränderungen in der Luft hervor, dergestalt, daß daraus verschiedene Arten Krankheiten entstehen; welche nicht sowohl von ihrer eigenen Natur, Beschaffenheit und Eigenschaften, abhangen, als vielmehr von der Natur und Wirksamkeit der mit ihr vermischten Theile: nach Maasgabe und in Rücksicht dieser besagten, mit der Luft vereinigten, Theile, muß man also die Untersuchung der Krankheiten anstellen, und aus solchen ihre Natur und Beschaffenheit zu erklären suchen.

§. 37.

Die Winde äussern ihre Wirkung auf unsern Körper, entweder mittelst ihrer Bewegung, oder insofern sie die bisher erwähnten Eigenschaften der Luft uns zuführen. Unmöglich aber ists, von solchen zu sagen, was ihnen zu jeder Zeit, und in jeder Landschaft, eigenthümlich zukommt. Jedoch läßt sich etwas zuverläßiges und richtiges aus der Kenntnis der Lage eines jeden Landes und Orts, dessen, ihn unmittelbar umgebende, Gegend vollkommen bekannt ist, verglichen mit der Jahrszeit, schließen. Nicht minder äussern diejenigen Winde eine beträchliche Wirkung, welche stets in einer beständigen gewißen Ordnung zu wehen pflegen. Vorzüglich wirken solche auf unsere vesten und flüßigen Theile, nachdem sie warm, kalt, trocken oder feucht sind.

§. 38.

Die Eigenschaften der Luft, welche durch ihr Uebermaaß Krankheiten hervor zu bringen im Stande sind, werden durch Anwendung solcher Mittel, welche entgegengesezte Kräfte besizen, verbessert. Denn eine kalte und feuchte Luft kann man in eine warme und trockene umschaffen, durch ein, mittelst eines trockenen aromatischen Holzes, unterhaltenes Feuer; durch

den

den Duft von hizigen Gewürzen, wie sie solchen an und vor sich, oder auch angezündet, verbreiten; durch Zulassung oder künstliche Erregung eines warmen Windes. Eine zu warme und zu trockne Luft wird hingegen verbessert, mittelst der Ausdünstung eines herumgesprizten, oder in Gefäßen hier und da herum gesezten, kalten Wassers; durch einen künstlich-hervorgebrachten Wind, z. E. mit Hülfe der Ventilators; durch die Ausdünstung wäßriger Dämpfe aus kühlenden, ins Wasser gesezten, Pflanzen, z. E. Weiden, Pappeln, Rosenstöcken, Holunderbäumen, Schneeballen, Maulbeerbäumen ꝛc. Lezterwähnte Ausdünstungen sind aber, nach Beobachtung der Neuern, z. E. Ingenhous, meistens schädlich, wenn die ausdünstenden Bäume und Pflanzen der Sonne nicht ausgesezt sind, sondern im Schatten stehen.

§. 39.

Eine heitere, schwere, mäßig kalte und trockene, von trockenen reinen Ländern auch Flüssen herwehende, durch einen gelinden Wind in Bewegung gesezte, weder allzu plözlichen noch allzu großen Veränderungen unterworfene, freydurchstreichende, ländliche, von salzigen und schwefeligen Ausdünstungen befreiete, Luft, ist

demnach zur Erhaltung der Gesundheit die vorzüglichste und beste.

Das V. Capitel.
Vom Essen und Trinken.

§. 40.

Diejenige Speise wird für die beste gehalten, welche ganz einfach, nicht hefig, ohne die mindeste Schärfe, deren Theile nicht allzu beweglich und flüchtig; welche unserm gesunden Körper schon meistens ähnlich, oder in solchen auf das leichteste, mittelst unserer Dauungskräfte, verwandelt werden kann; auch, zu besserer Erreichung dieser Absichten, in der Küche gehörig zubereitet worden.

§. 41.

Dahin werden gerechnet: 1.) alle Getraidsaamen, welche mehligt, recht zeitig, rein, wohl ausgetrocknet, noch frisch und nicht veraltet sind: als Weizen, Dinkel, Roggen, Gersten, Haber, Reis, Buchweizen, Maiz, Hirsen, Haidekorn, Canariensaamen, und welche mittelst des Zermalmens, Knetens, Gährens, Kochens, dergestalt zubereitet worden, daß wir daher das, am Geruch und Geschmack, höchst angenehme Brod, erhalten. 2.) Hülsenfrüchte, ihre zarten Hülsen sowohl, als deren reife und grü-

grüne Saamen selbst, z. E. Bohnen, Phaseolen, Erbsen, Eicern, Linsen, Wicken, wenn solche mittelst Einweichen, Kochen, Stossen, öfters auch durch gelindes Rösten, gehörig zubereitet worden. 3.) Frische Kräuter, entweder blos grün, oder indem man die wachsenden Blätter zusammen bindet; als Salat, Endivi, Wegwarten, Portulack, Celleri, großer Eppich, Kohl, Pappeln, Mangold. Vornemlich, wenn solche, mittelst gelinden Kochens, in ihrem eigenen Saft gahr gemacht werden. 4.) Früchte, sowohl von vesterer Consistenz, z. E. Artischocken, Nüsse, Mandeln, oder knollige Wurzeln, als Rüben, Möhren, Pastinat, Rettig, rothe Rüben, Erdäpfel und dergleichen: als auch von weicherer Art, dahin die Aepfel von Bäumen, oder von jährlich in die Höhe wachsenden Pflanzen; nicht minder Birne, Beere, Pflaumen, Kirschen ꝛc. gehören. 5.) Die Säfte und Theile des Körpers von einem gesunden, jungen, nicht allzu fetten Thier; es sey gleich ein vierfüßiges, ein Geflügel, ein Fisch, Insect oder Schalenthier; wenn solches durch Sieden, Braten, Rösten, Dämpfen, gehörig zubereitet worden. Auch Milch und Eier sind hieher zu rechnen.

§. 42.

Harte, trockene, zähe, schwere, veste Speisen sind denenjenigen nüzlich, welche starke Eingeweide besizen, schnell verdauen, sich viele und starke Leibesbewegung machen; und deren Säfte, auch im gesunden Zustand, sich schnell und geschwind bewegen Weiche, feuchte, eine geringe Consistenz besizende, leichte, sehr gereinigte Nahrungsmittel, sind solchen Personen schädlich, oder sie sind fast in einemweg zum Essen gezwungen.

§. 43.

Schwache Eingeweide, eine schwere Verdauung, eine mit vieler Ruh und Müßiggang verknüpfte Lebensart, erfodern Speisen, welche von Natur oder durch Kunst, dem verdünnten Nahrungssaft ähnlich sind, oder ähnlich gemacht werden.

§. 44.

Ist eine Neigung zur alcalischen Schärfe vorhanden, so sind säuerliche Sachen dienlich; bey widernatürlicher Säure hingegen alcalische Nahrungsmittel.

§. 45.

Aus diesem wenigen erhellet die ganze Art und Weise der Auswahl, Menge und Zubereitung der Speisen; wenn man nur vorher eine

gehö-

gehörige Kenntnis der Eingeweide, der Säfte, des Temperaments, des Alters, des Geschlechts, der Lebensart und der Handthierung sich erworben hat.

§. 46.

Diejenige Menge von Speisen ist die zuträglichste, wenn man sich erquickt, keineswegs aber träg und matt drauf befindet. Für schwächliche Personen ist eine mäßige Lebensart dienlich; für starke hingegen zu Zeiten eine Ausschweifung besser und zuträglicher.

§. 47.

Die zubereiteten Speisen aus sauern Sachen, Salz und Gewürzen, schaden einem Gesunden, wegen ihrer Schärfe, verlezen die kleinsten Gefäße, und beschweren den Körper mittelst eines, eben durch ihre Schärfe erregten stärkern Appetits, mehr, als daß sie solchem Nahrung mittheilen.

§. 48.

Nach eben diesen Grundsäzen wird auch die Güte des Getränks beurtheilt; wenn es nemlich nur in solcher Maaß genommen wird, daß der Durst gelöschet und die Trockenheit, nebst der Zähigkeit der Säfte verbessert und verdünnt werde, oder auch um der leztern ihre

Schärfe

Schärfe zu mildern. Und in diesem leztern Fall ist das frische Wasser, wenn solches klar, leicht, ohne Geruch und Geschmack, aus einem reinen Fluß, oder aus einer dergleichen Quelle, entspringt, für starke Körper, als das vorzüglichste Getränk, vor allen andern, zu empfehlen.

§ 49.

Hat man aber bey dem Getränk den Endzweck, mittelst desselben den Körper zu erwärmen, zur stärkern Bewegung anzureizen und dessen Säfte zu verdünnen; so leisten dieses vorzüglich, gekochte, vergohrne, nur bis zur gänzlichen Aushellung und Hefenabsezung, abgelegene Biere; nicht minder auch die hellen, einen guten Geruch und Geschmack verbreitenden, Weine. Aber deren Auswahl, Menge und Gebrauch, ist, nach der Natur und Beschaffenheit desjenigen, zu bestimmen, welcher sich solcher bedienen will.

§. 50.

Der Genus von Speisen, welche nicht fett sind, nebst dem Wasser zum Getränk, verschafft dem Körper die größte Stärke und beste Gesundheit.

§. 51.

Inzwischen können die Speisen und Getränke, zur Erzeugung der Krankheiten, das ihrige,

rige, sowohl in Rücksicht auf ihre Menge als Beschaffenheit, merklich beitragen.

§. 52.

Und zwar durch ihre Menge, wenn man deren entweder zu viel, oder zu wenig, zu sich nimmt.

§. 53.

In allzu großer Menge genossene Speisen, dehnen den Magen zu stark aus. Daher werden dessen beide Oefnungen, wegen des entstehenden Krampfs, versperrt; die Gefäße des Magens zusammen gepreßt, und die Verdünnung, Auflösung, Zermalmung, Absonderung, nebst dem Ausgang der Speisen aus dem Magen, zurück gehalten und verhindert. Es erfolgen schwerer Othem, ver- und umgekehrter Umlauf der Säfte, Cruditäten, Aufstoßen, Uebelkeit, Magenschmerzen, sodann Erbrechen, Fäulniß, Schwindel, Verwirrung, üble Beschaffenheit und Aussehen des Körpers. Welche sämtliche Mängel durch die übrigen nachfolgenden Verdauungskräfte, z. E. in den Gedärmen, kaum jemals verbessert werden können.

§. 54.

Der gänzliche Mangel der Speisen, beim Fasten, kann an und für sich betrachtet, gar keinen

nen

nen Einfluß auf den Körper haben, indem solches ja ein bloßer Defect ist. Indessen aber dauern die Lebensbewegungen immer fort, nützen die vesten Theile des Körpers ab, verderben und verzehren solche, und verjagen die flüssigsten Theile desselben; die überbliebenen verdicken sie; durch das immer wiederholte Reiben lösen sie dieselben auf, und befreien deren Oehl und Salze; sie machen solche flüchtig und scharf, so daß die zarten kleinen Gefäße angefressen, die Säfte faulend, der Othem stinkend werden. Daher entstehet ein salziger, scharfer, galliger Schaum im Magen und den Eingeweiden; besonders Aufstoßen, Eckel, Ohnmacht, ein großer, heftiger Hunger; sodann ein gänzlicher Mangel des Appetits; dann ein ausserordentlicher Durst, Trockenheit, Schwäche, Grimmen, laut im Leib herum- aber nicht abgehende Blähungen *) (borborygmi); eine Anhäufung der Galle und galliges Erbrechen, Magerkeit, beständiges Wachen, fallende Sucht, Fieber mit Raserey verknüpft, ja der Tod selbst.

§. 55.

*) Blähungen, so man im Leib herumrollend empfindet, wenn sie weder ober- oder unterwärts abgehen, heißen borborygmi; gehen solche durch den Mund ab, so werden solche ructus genennet; nehmen dieselben aber den Weg auf der entgegengesetzten Seite, so ist ihr Name flatus.

§. 55.

Hieraus erhellet klar, daß die allzulange Enthaltung von Speisen, noch schlimmere Krankheiten zur Folge habe, als die allzu große Ueberladung des Magens; und daß deren Heilung mit weit größern Schwierigkeiten verbunden seye, als die von der Ueberladung herrührenden Unpäßlichkeiten.

§. 56.

Diejenigen Fehler, welche von der üblen und schlechten Beschaffenheiten der Speisen und Getränke herrühren, können mit Bequemlichkeit auf deren Schärfe, Zähigkeit, oder ihr öhliges Wesen, zurückgebracht werden.

§. 57.

Die Schärfe der Speisen und des Getränkes ist erstlich salzig; diese aber ist entweder salzsauer, oder Säure selbst, so ungegohrne als gegohrne. Die erste Gattung verursacht Durst, Heiserkeit, Rauhigkeit, Trockenheit, Steifigkeit, Schärfe in den Säften, besonders den wäßrigen, eine dergleichen Auflösung der Säfte, Untüchtigkeit der wässerigen Lymphe zum Ernähren, Verderbung der zartesten, vesten Theile, nagende Schmerzen; ingleichen den Scharbock. Die zweite, so entweder pur sauer oder Säure mit irdischen Theilen verbunden (d. i. herb,

auste-

austerum), zieht zugleich die vesten Theile zusammen, verdickt die flüßigen, macht solche gerinnend, verursacht vornehmlich saure Schärfe, schneidende, erkältende Schmerzen, Herzgespan, blasse Farbe, Kräze; und ist hauptsächlich in den noch nicht ganz zeitigen Sommerfrüchten zu finden. Die dritte saure Schärfe, oder die durch Gährung erzeugte Säure, welche in säuerlichen Weinen und dem Eßig befindlich ist, bringt fast die nemlichen Uebel, jedoch in minderm Grad, hervor; hauptsächlich aber erregt deren allzuhäufiger Gebrauch, Schärfe und Säure in den wässerigen Säften; woher sodann hizige Gichtflüße und das Podagra ihren Ursprung nennen.

§. 58.

Zum zweiten ist in den Speisen und Getränken eine gewürzhafte, meistentheils aus scharfen Salzen und Oehlen zusammengesezte, Schärfe enthalten: diese erregt Durst, Trockenheit, Wärme, Hize, reizt die vesten Theile, verursacht geschwindere Bewegung der Säfte, Verfliegung der flüßigen Theile, also Herzgespan, Sodbrennen, Eckel, Aufstoßen, Brechen, Fieber, Magerkeit, Contracturen, und die daher entspringenden Uebel.

§. 59.

Die dritte Schärfe ist die durch Gährung entstandene geistige, so durch die Länge der Zeit noch schärfer, auch mittelst der Destillation auf den höchsten Grad getrieben worden. Im Wein, alten Bier, und abgezogenen Geistern, ist solche am meisten enthalten. Sie erregt Durst, Trunkenheit, Trockenheit, und also ein widernatürliches Zusammenziehen der Fäsergen; ein fast unaufhörliches Gerinnen der Säfte, heftigen geschwind vorübergehenden Reiz der vesten Theile; also die unumgängliche Nothwendigkeit, dergleichen Getränke beständig fort, und immer häufiger, zu sich nehmen. Hieraus entstehen sodann Schwäche, Blähungen, Verstopfung, Fieber, Geschwulst, Bleichsucht, Schwinden, Wassersucht, und dergleichen ähnliche Uebel mehr.

§. 60.

Viertens findet sich endlich auch eine durchdringende, gährende Schärfe, welche vornemlich in dem rohen Most von Sommerfrüchten, oder im Wein und Bier, deren Gährung unterdrückt worden, enthalten ist. Es verursacht solche Aufstoßen, Aufblähen, Krämpfe im Magen und Gedärmen, Brechen, Gallenruhr, Durchfall, Ruhr, Darmgicht, und mehrere dergleichen Uebel.

§. 61.

Die allzugroße Zähigkeit der Speisen, als sämtliche ungegohrne oder auch Mehlspeisen, die Geleen oder Sulzen aus dem Thierreich, harter, aus allzustark gepreßter und geronnener Milch verfertigter Käs, erregen eine Schwere im Magen, verursachen Blähungen, Aufstoßen, Säure, Cruditäten, Verstopfungen in den subtilen Gefäßen der Gedärme, Schwäche der Eingeweide; Auflaufen des Unterleibs, auch dessen Verhärtung. Daher entspringt endlich selbst in dem Blut, eine schädliche Zähigkeit aus denen, in solchem wiederum vereinigten, zähen Theilgen, wo denn endlich Verstopfung der Drüsen, bleiche Farbe, Mattigkeit, Frost und Geschwulst, entstehen. Es erhellet aber zugleich hieraus, daß auch die erkältenden Dinge, (frigida in potentia), welche jenen ähnlich, das nemliche verursachen. Zugleich ist auch ersichtlich, daß solche denjenigen Körpern, welche sich nicht viel Bewegung machen, vornemlich schädlich sind.

§. 62.

Allzuvieles Fett macht die vesten Theile schlüpfrig, schlaf und schwach, verstopft die Mündungen der kleinsten Gefäße, verhindert hiedurch das Eindringen der wässerigen Theile, ver-

verursacht eine unreine Mischung der Säfte, und entwickelt die scharfen, faulen, brennbaren Theile. Daher entsteht Aufstossen, Eckel, auch Erbrechen bitterer und fetter Unreinigkeiten, nicht minder oftmals ein unauslöschlicher Durst, Verstopfung, Entzündung, unverdaute Unreinigkeiten in den Eingeweiden des Unterleibs, nebst andern daher entspringenden Uebeln.

Das VI. Capitel.

Von der Bewegung und Ruhe.

§. 63.

Eine bis zum Ausbruch eines gelinden Schweißes, oder angehenden Müdigkeit, nach angehobener Verdauung, mit Empfindung einer Leichtigkeit, vorgenommene Bewegung, hat den Vorzug vor allen. Und hieraus läßt sich auch das Maas der Ruhe bestimmen.

§. 64.

Eine allzulang andaurende Ruhe der Muskeln in dem ganzen Körper, oder in irgend einem einzelnen Theile desselben, macht die Fäsergen zur Bewegung ungeschickt, und verringert den geschwinden Umlauf der Säfte. Daher entsteht eine Gerinnung, Verdickung und Unthätigkeit, sowohl der Säfte selbst, als deren Bestandtheile,

eine Anfüllung des Zellengewebes mit Fett, Anhäufung des Marks, Fettigkeit, Bleichsucht, Kälte, geschwächte Empfindung, Trägheit, Unempfindlichkeit. Hieraus werden demnach auch die Folgen der Ruhe, wie auch einer sizenden Lebensart erkannt.

§. 65.

Allzustarke Bewegung der Muskeln des ganzen Körpers, oder eines Theils derselben, vermehrt jederzeit die wechselsweise Zusammenziehung und Erschlaffung der Muskeln, verursacht auch zugleich eine schnellere Bewegung aller Säfte in dem Körper. Es werden demnach die flüßigen und vesten Theile durch das starke Aneinanderreiben allzusehr aufgelöset; die wässerigen, geistigen und beweglichern verfliegen; die zurückbleibenden Feuchtigkeiten gehen in eine entzündliche Dichtigkeit über; da indessen die allzusehr verdünnten, zerriebenen und flüchtiggemachten fetten und salzigen Theile scharf, gleichsam zur Fäulnis geneigt gemacht; die dicken, zähen und öhligen angehäuft werden. Die Säfte werden, so zu reden, brenzlich, vornemlich die Galle, das Mark verschwindet, die Gefäße werden mit einer verdorbenen eiterähnlichen Feuchtigkeit angefüllt, und es entsteht Magerkeit. Daher erfolgen Ermattung, Schmerz,

Ent-

Entzündung, Fieber, Geschwüre, Brand, Blutflüße, zuweilen ein plözlicher Tod.

§. 66.

Bey den, mit verdorbenen Säften angefüllten, oder mit verlezten Eingeweiden behafteten Personen, oder während einer sehr grossen Hize, verursacht eine heftige, lang fortgesezte Bewegung, oftmals den plözlichen Tod.

Das VII. Capitel.

Vom Schlaf und Wachen.

§. 67.

Die ordentliche Zeit zum Schlaf ist, wenn der gesunde Körper matt und träg zu werden beginnt. Das beste Maas desselben ist, wenn der Körper, beim Erwachen sich lebhaft und munter befindet.

§. 68.

Allzulanges Wachen verzehrt die Lebensgeister oder Nervenkraft, welche blos durch den Schlaf wieder ersezt werden können; es verursacht allgemeine Trockenheit, zermalmt die kleinsten vesten Theile, vornemlich des Gehirns, vermehrt die Schärfe, schwächt und verderbt die Verdauung, verhindert die Ernährung, macht die Galle scharf. Daher entstehen, Ma-

gerkeit, Fieber, Wahnsinn, Erzeugung schwarzer Galle, Unruhe, allzustarke Ausleerung, nebst deren fürchterlichen Folgen: z. E. melancholische Traurigkeit, eine verdorbene Einbildungskraft, anhaltende Unruhe, Schlaflosigkeit ꝛc.

§. 69.

Allzuvieler Schlaf verzehrt die flüchtigen Theile, verdickt allmählig die zurückgebliebenen, treibt solche in die Seitengefäße, bewegt sie fast gar nicht, hält die Ausleerung zurück, beschwert das Gehirn, erfüllt das Haupt mit Dünsten, schwächt alle Sinne und Bewegung; und bringt fast sämtliche schon (§. 769.) angezeigte Uebel hervor. Daher scheint er zugleich denjenigen am meisten schädlich zu seyn, welche vor andern vielen Hang zum Schlaf haben; und denen hingegen zuträglich, welche zum Wachen geneigt sind.

Das VIII. Capitel.

Von den Ausleerungen und dem, was im Körper zurück behalten werden soll.

(Excreta et retenta.)

§. 70.

Alle Arzneimittel, so ausleerende als scharfe, von welcher Gattung solche auch immer seyn mögen, sind im gesunden Zustand gänzlich zu meiden.

§. 71.

Aber die äusserliche Reinigung der Haut, durch Reiben, Waschen, Bäder, Bähungen, Schwimmen, Abwischen, sind von dem größten und ausgebreitesten Nuzen.

§. 72.

Der allzustarke Auswurf des Speichels stört die erste Verdauung, und daher auch die darauf folgenden; erregt Durst, Trockenheit, schwarze Galle, Schwindsucht, auszehrende Krankheiten. Wenn er aber entweder gar nicht oder auch sparsamer als gewöhnlich im Munde abgesondert wird, so verhindert solcher das Kauen der Speisen, den Geschmack, das Schlingen, die Verdauung, und vermehrt zugleich den Durst.

§. 73.

Eine allzugroße Ausleerung der Galle, ober- oder unterwärts, beraubt die Zubereitung des Milchsafts ihres vorzüglichsten Werkzeugs; daher verhindert sie die Verdauung der Speisen, die Absonderung, die Ausleerung des Unraths, verursacht Säure, Frost, Schwachheit, blasse Farbe, Bleichsucht, Ohnmachten. Wenn solche aber schon abgesondert in den Darmcanal zu fließen verhindert wird, so verursacht sie die Gelbsucht, und zugleich alle nur erst angezeigte Uebel.

§. 74.

Wenn der Gekrösedrüsen- und Eingeweidesaft in allzugroßer Menge in den Eingeweiden abgesondert wird; so entstehen davon die nemlichen Uebel, wie die von allzuhäufig abgesondertem Speichel, aber auch zugleich vornemlich wässerige Durchfälle, daraus große Schwachheit, Ohnmachten, Trockenheit, Durst, das Zehrfieber und die Dürrsucht ihren Ursprung nehmen. Wann hingegen solcher gar nicht, oder doch nur sehr sparsam in die Gedärme einfließt; so entspringen daher, dicke, zusammengedrängte Massen, infarctus, daher kommt auch die Empfindung einer Schwere der Ueberfüllung, das Leibreissen, die Darmgicht, Durst, Fieber, hartanzufühlender Leib, Geschwulst.

§. 75.

Ein allzugroßer Abgang des Geblüts, es mag nun solcher von Eröfnung der Adern aus der Leber, aus den übrigen Eingeweiden, den Nieren oder Harngängen; oder durch Zerfressung der Adern, durch Ausbrechen des Blutes, durch die Blutgefäße oder durch Wunden, entstehen; benimmt die Kräfte, vermindert die Lebensgeister, zerstört alle Verrichtungen des Körpers, häuft in solchem Cruditäten an, vermehrt das wässerige, nebst der blassen Farbe

be und Kälte, verursacht die Bleich- und Wassersucht, Schlappheit in allen Gefäßen, Pulsadergeschwulst. Wenn hingegen das Blut, so durch die goldene Ader oder monatliche Reinigung, oder durch andere minder gewöhnliche Wege, von langer Zeit her und periodisch ausgeleert zu werden pflegt, zurück bleibt, so verursacht solches örtliche und heftige Entzündungen, gehemmten Umlauf des Bluts, Fieber, auch wunderbare Krankheiten von verschiedener Gattung, vorzüglich erstaunenswürdige Blutflüße aus andern Theilen des Körpers.

§. 76.

Die allzustarke Ausleerung des Saamens erregt Müdigkeit, Schwachheit, Steifigkeit, Krämpfe, Magerkeit, Trockenheit, Schmerzen der Hirnhäute, Hize, Schwäche der Sinnen, vornemlich des Gesichts, Rückenschwindsucht, nebst verschiedenen andern ähnlichen Krankheiten.

§. 77.

Ein zu großer Abgang des Urins hat zur Folge: Stockung der Säfte, Hitze, unauslöschlichen Durst, Unverdaulichkeit, Ohnmachten, Magerkeit, Auszehrung, und andere dergleichen Uebel. Allzuvieler Schweiß, bewirkt fast das nemliche. Ein unterdrückter Abgang des Urins schwächt und verderbt die Blase, Harngänge, das Becken, und die Nieren, durch übermäßiges

Ausdehnen, Anfressen, und Beförderung der Fäulnis; erregt in dem wässerigen Theil des Blutes eine laugenhafte Schärfe, wodurch die zarten Hirnfäsergen verlezt werden. Daher entstehen Aengstlichkeit, Schlafsucht, anhaltendes Wachen, Schwindel und Schlagflüsse, hitzige Fieber mit Verwirrung. zc.

§. 78.

Eine allzustarke Ausdünstung verursacht ausserordentlich große Schwachheit; daher Ohnmachten und oftmals ein unvermutheter, plözlicher Tod. Wenn sie aber zu gering ist, oder gar unterbrochen wird, so bewirkt solche ein Austrocknen der äussersten Gefässe und Verderben der Haut; dadurch aber auch die Austrocknung und Verstopfung der grössern Ausleerungsgefäße. Hierdurch wird der Umlauf des Bluts verändert, die Schärfe bleibt zurück, es entstehen Unverdaulichkeit, Fäulniß, Fieber, Entzündung, Geschwüre.

§. 79.

Die äusserlich den Leib berührenden kalten Körper, verschließen die Gefäße, ziehen die Fäsergen zusammen, treiben das zurückgehaltene zurück, verhindern die Ausdünstung Daher entstehen die nemlichen Folgen, wie bey einer verhinderten Ausdünstung. Hingegen warme,

uns

uns berührende Körper, eröfnen, machen schlapp, vermehren die Ausdünstung gegen die Oberfläche der Haut zu, trocknen aber auch zugleich aus. Das Feuchte wäscht die Unreinigkeiten los, öfnet die Mündungen, erweitert die Gefäße, erregt einen Reiz gegen die äussern Theile. Wenn es demnach in zu großer Menge in Gebrauch gezogen wird, so verursacht solches die nemlichen Krankheiten, welche die Folgen eines zu starken Schweißes zu seyn pflegen. Das Trockene verursacht gerade das Gegentheil. Hieraus erhellet die Wirksamkeit der Bäder, der Bähungen, der Umschläge: wenn vorher deren Ingredientien, ihre Beschaffenheit, Art und Weise, nebst der Länge der Zeit ihrer Anwendung, bekannt gemacht worden; wie denn auch das Uebrige bereits (§. 744.) erwähnte hieraus sehr leichtlich kann begriffen werden.

Das IX. Capitel.

Von den Gemüthsbewegungen, oder Leidenschaften der Seele.

§. 80.

Die Gemüthsbewegungen sind nicht gänzlich zu unterdrücken, aber auch nicht allzuhoch zu treiben: denn im ersten Fall verursachen sie

sonst

sonst leichtlich eine Trägheit; im andern hingegen, einen umgekehrten Umlauf des Bluts. Hoffnung und Verlangen sind für den Körper die zuträglichsten Leidenschaften.

§. 81.

Heftige, oder in gleich starkem Grad langandaurende Leidenschaften, bringen in dem Gehirn, den Nerven oder den Lebensgeistern und Muskeln, wunderbare und äusserst heftige Wirkungen hervor, hemmen und verschlimmern solche; deswegen sie auch alle Krankheiten insgesamt, nach ihrer Verschiedenheit und Dauer, zu verursachen oder zu unterhalten im Stande sind.

Das X. Capitel.

Vorbauungsregeln, oder Regeln den Krankheiten vorzubauen.

(Prophylaxis.)

§. 82.

Den Krankheiten wird vorgebaut, wenn man, sobald die ersten Kennzeichen der im Anzug befindlichen Unpäßlichkeiten bemerkt werden, alsobald ihren Ursachen entgegen arbeitet.

§. 83.

Die vorzüglichsten Vorbauungsmittel gegen die, im Ausbruch begriffenen Krankheiten, sind vornemlich folgende: Enthaltung von Essen,

Ruhe,

Ruhe, häufiges, warmes, wässeriges Getränk; endlich eine gelinde, einige Zeit fortgesezte Bewegung, bis zum Ausbruch eines gelinden Schweißes; sodann ein lang fortdauernder Schlaf, bey wohl zugedecktem Körper. Denn dadurch wird das dicke und zähe verdünnt, die Gefäße werden erschlafft, folglich das schädliche fortgeschafft und ausgeworfen.

§. 84.

Nichts ist dienlicher, den Körper gegen die Gewalt der äusserlichen Krankheits-Ursachen besser zu vertheidigen, als die Winterkleider spät im Frühling ab- und bey herannahendem Herbst hingegen zeitig wieder anzulegen.

§. 85.

Hiezu trägt auch das seinige bey, eine, nach den Umständen eingerichtete, in folgenden wenigen Regeln begriffene Lebensordnung: 1.) Im Sommer sind leichte, weiche, erschlaffende, anfeuchtende, milde, aus Gemüßern, Früchten, Milch, Brühen, bestehende Speisen, die dienlichsten; nebst vielem stark mit Wasser vermischtem Getränk, mit einer sehr gelinden Bewegung des Körpers verbunden: alle heftige Motion ist hingegen, als schädlich, zu verwerfen.

2.) Im Winter sind schwere, harte, trockene, scharf gewürzte oder gesalzene Speisen, Gebratenes

tenes, mehr ausgebackenes Brod, z. E. Zwibak, nebst wenigem und starkem Getränk und Wein; wie auch stärkere und mehr anhaltende Bewegung, zuträglich. Im Frühling und im Herbst ist die Diät dergestalt einzurichten, daß sie gleichsam das Mittel zwischen der, im Sommer und Winter zu haltenden, seye, doch um so mehr der Sommer- oder Winter-Diät sich nähere, je nachdem die Witterung mehr Sommer- oder Wintermäßig ist.

Das XI. Capitel.

Regeln zu Erreichung eines hohen Alters.

§. 86.

Ein gesunder Körper wird durch die mit einem gesunden Leben unzertrennlich verknüpften Wirkungen nach und nach dergestalt verändert, daß die kleinsten Fasern ganz steif werden, die zartesten Gefäße hingegen in Fäsergen zusammenwachsen. Es wird demnach hiedurch der Durchflus der Säfte gehemmt, dergestalt, daß die größern Gefäße verhärtet und verengert, alle aber zugleich zusammengezogen und gedrückt werden, und miteinander verwachsen; woraus denn Trockenheit, Unbeweglichkeit und die Verminderung der Höhe und Größe bey al-

ten

ten Personen entsteht. Dadurch werden die Verrichtungen der kleinsten Gefäße vernichtet, die Feuchtigkeiten stocken in solchen, werden zähe, wachsen unter sich und mit ihren eigenen Gefäßen zusammen; die subtilsten mangeln, die Verdauung wird geschwächt, die abgehenden Theile werden nicht weiter ersezt, die groben hingegen bewegen sich blos durch] und mittelst der größern Gefäße, und setzen das Leben ganz allein, ohne thierische Geschäfte fort; da denn endlich der Tod Alters halben, aus dieser Veränderung, unvermeidlich erfolgen muß, und aus dem gesunden Zustand selbst seinen Ursprung nimmt.

§. 87.

Dieser wird demnach frühzeitiger erfolgen, je heftiger die Geschäfte eines gesunden Lebens gewesen sind; später, wenn sie gemäßigter waren. Durch Maashaltung einer richtigen Mittelstraße ist es wahrscheinlich, daß man im Stande sey, das Leben mittelst der Kunst verlängern zu können; vornemlich wenn die Wissenschaft die Gesundheit zu erhalten, nebst der, den Krankheiten vorzubauen, in ihren Wirkungen dergestalt zusammen stimmen, daß sie in diesem Endzweck einander nicht entgegen arbeiten.

§. 88.

Es sind dem Körper, so viel nur immer möglich, jene Eigenschaften sämtlich mitzutheilen, welcher bereits oben (§. 885. 886.) gedacht worden. Die Verrichtungen und Handlungen des Körpers sind dergestalt zu bewerkstelligen und zu leiten, daß das, aus dem Körper abgegangene und verlohrne, mittelst Verwandlung der genossenen Lebens- und Nahrungsmittel in die, diesen abgegangenen, ähnlichen Theile, so beständig als in einemweg, immer wieder ersezt und ergänzt werde; daß das Wachsthum des Körpes langsam auch gleichförmig von statten gehe (§. 885. Nro. 4.) und daß sämtliche Ausleerungen ordentlich geschehen mögen. Daher wird eine mäßige, bis zum Anfang einer gelinden Ausdünstung oder Schweisses anhaltende und fortgesezte Arbeit oder Geschäft, für so nüzlich befunden, um diesen Endzweck zu erhalten. Für die Jugend schickt sich nur leichte Arbeit; welche nach Maasgab und Rücksicht des zunehmenden Alters und vermehrten Kräfte und Stärke des Körpers, ebenfalls vermehrt und verstärkt werden kann; mit dem angehenden Alter hingegen wieder zu vermindern ist. Beständige Veränderung in der Lebensart ist auf möglichste Weise anzuempfehlen, vorzüglich aber das Landleben zu erwählen und vorzuziehen.

§. 89.

Denjenigen Beschäfftigungen und Arbeiten des Geistes ist sich vorzüglich zu widmen, welche jemandes Gemüthsbeschaffenheit und Geschmack am meisten angemessen sind, und wozu ein jeder freiwillig einen vorzüglichen Hang, Neigung und Lust bezeigt undbey sich vermerkt, z. E. zur Medicin, Mathematik, Malerey. Diese aber sind solchergestalt zu behandeln und anzustellen, daß Ziel und Maas dabey dermaßen gehalten und beobachtet werde, damit die Lebensgeister weder durch übermäßige Ruhe in Stockung gerathen, noch, durch allzustarke Anstrengung der Seelenkräfte, zu sehr zerstreuet und verschwendet —; oder durch heftige Bewegung allzureizend oder gleichsam fressend werden. In der Jugend ist gedachte allzustarke Anstrengung des Geistes sehr zu vermeiden; nach und nach aber, bey zunehmenden Jahren, muß hingegen solcher in mehrere und stärkere Uebung gesezt werden. Im Alter läßt man allmählig wieder nach. Die Geschäfte sind, in jeder Lebenszeit, oftmals zu verändern und abzuwechseln.

§. 90.

Einfache, trockene, harte, zähe, der Fäulniß widerstehende, nicht allzuscharfe Speisen, als

aus dem Gewächsreich Brod, Wurzelwerk, gelind zusammenziehende Früchte; aus dem Thierreich das mehr magere, gesalzene Fleisch; auf dergleichen Art und Weise zubereitete Fische, vorzüglich die von älterer Gattung, empfehlen sich zu diesem Endzweck vorzüglich. Kindern sind, im zarten Alter, zuerst Milch, nach und nach Brod, sodann auch die übrigen Gattungen der Speisen, und zwar von desto vesterer und stärkerer Beschaffenheit, nach Maaßgabe ihrer mehreren Jahre und dauerhafter gewordenen Körpers, zu empfehlen. In alten Tagen ists am dienlichsten, zur Kost der Kinder, nach und nach, wieder zurück zu kehren.

§. 91.

Ein gutes, frisches Wasser, mäßig und blos zur Löschung des Durstes, zum Anfeuchten, und die Säfte in guter Mischung zu erhalten, getrunken, ist, der Erfahrung gemäß, zu allen Zeiten, für das nüzlichste, gesundeste, und beste Getränk, erkannt worden. Abgelegene Biere und Weine, rein und von gutem angenehmen Geschmack, sind, unter mäßigem Genuß, ganz wohl erlaubt: in allzugroßer Menge hingegen zu sich genommen, thun solche beträchtlichen Schaden. Im kindlichen Alter ist Milch, nach und nach mit Wasser verdünnt, — bey mehreren Jahren das

Was-

Wasser; — im Alter hingegen ein angenehmer, alter leiser Wein, am zuträglichsten.

§. 92.

Zuweilen ist eine genaue Enthaltung von Nahrungsmitteln; eine, obwohl selten dazwischen beobachtete äusserst pünktliche, austrocknende, das Fett verzehrende, Diät, zur Erreichung eines hohen Alters, ausnehmend nüzlich befunden worden.

§. 93.

Bey zunehmendem Alter soll die Ernährung auch durch äusserliche dem Körper angebrachte Mittel, unter Form und Gestalt eines Dunstes, Bähung, Bades, Clystiers, Salbe u. s. w. befördert und unterstüzt werden.

§. 94.

Eine reine Land- oder Berg-, schattige Wald-*), Insel-, See-, und immer etwas kühle Luft, verdient, zur Erreichung eines hohen und gesunden Alters, den Vorzug.

§. 95.

Im Alter ist die Ausleerung des zähen, dicken Unraths nur blos durch sehr gelinde und recht sichere Mittel, z. E. bey Verstopfung des Leibs

*) So lang nemlich die Sonne die Bäume und Blätter noch bescheint.

Leibs ganz allein mit Zwetschgenbrüh, Tamarinden, Weinsteinram, Sennesblätter u. s. w. zu befördern. Als welche nemlich in den Fäsergen des Magens und Darmcanals, nur einen schwachen, gelinden Reiz erregen; den Unrath selbst hingegen blos auflösen und schmelzen. Ohne die bereits erwähnten Mittel gehören auch vorzüglich dahin, das Salz, einige Gummi und Gewürze, z. E. Safran, mit dem Honig; nebst einem leisen gelinden Wein.

§. 96.

Die fast gänzliche, vollkommene, kurz radicale, Veränderungen der Säfte des menschlichen Körpers, durch auflösende Mittel, nebst deren darauf folgenden Ausleerung, z. E. mittelst der gewöhnlichen Quecksilber- und Speichelcuren, oder auch durch verdünnende, austrocknende, schweistreibende Decocte, machen zuweilen den Körper sehr geschickt und fähig, den veralternden und abgenuzten Lebensstof aus dem Leib zu schaffen, und dagegen den Körper mit erneuerten und frischen Lebenssäften anzufüllen. Dieser Kunstgriffe bedient sich demnach unsere Wissenschaft, zur Erhaltung und Verlängerung des Lebens zuweilen; aber doch weislich, und mit aller Vorsicht.

§. 97.

Dünste, Bähungen, Salben, Bäder, Clystiere, aus angenehmen, wohlriechenden, lindernden, nahrhaften Mitteln; wohin die Milch und Fleischbrühen, auch an- und aufgelegte junge Thiere gehörig, sind vortreflich gegen die, mit dem Alter unzertrennlich verknüpfte Trockenheit; sind wahre Verhinderung und Waffen gegen den Tod, und zu dessen Entfernung; sind die vortreflichsten Hülfsmittel zu einem gesunden, langen Leben zu gelangen, und ein hohes Alter zu erreichen. In jungen Jahren hingegen wären solche schädlich.

§. 98.

Aus dem bis hieher abgehandelten und erwähnten, erhellet aber auch zugleich, daß diejenigen Mittel, welche den Körper stark, dauerhaft, zum hohen Alter geschickt und fähig, also auch heftigen Krankheiten widerstehend machen, die Seelenkräfe, wegen der groben sinnlichen Werkzeuge, sehr schwächen, und deren Wirkungen verhindern. Es sind demnach die Mittel, die Gesundheit gut und vollkommen zu erhalten, eben keine Ursachen oder Hülfsmittel, zu einem langen Leben, und um ein hohes Alter zu erreichen.

§. 99.

Sämtliche, zur ausserordentlichen Verlängerung des Lebens, anempfohlene Mittel und Sachen, sind nichts denn eitle Versprechungen, und laufen am Ende auf bloße, der Vernunft und Erfahrung, widersprechende Prahlereien, gänzlich hinaus. Dahin gehören:

1. Das Ens primum Cedrinum des alten *Helmont's*; soll ein milchartiger, mittelst des liquor alkaheſt aus der Ceder des Libanon's, gezogener Saft seyn.

2. Das Elixir Proprietatis des *Paracelsus*, das ist, welches die Eigenschaft, das Leben zu verlängern, besitzet.

3. Die von den Adepten so hochbelobte Universal-Tinctur.

4. Das Ens primum der Metalle oder anderer Mineralien, nicht minder das der Vegetabilien, und das aus den Thieren abgezogene —: welche beide leztere aber die schwächste Tinctur geben sollen. —

5. Oftmals wiederholtes Laxiren, durch — und mit den Blättern, der schwarzen Nieswurzel.

6. Der Schwefelgeist — Spiritus sulfuris per campanam genannt; — täglich früh, nüch-

nüchtern, zu 3 Tropfen auf einmal genommen.

7. Der, von denen Rosmarinblumen, abgezogene Geist

8. Die stärkende Kraft des, aus dem Blut und Körper eines, eben umgebrachten, gesunden, jungen Menschen, ausgezogenen Lebensgeistes; wie Artephius gethan —, und nun schon mehr als 1000 Jahre, durch dieses Geistes Kraft und Tugend, fortgelebt haben soll.

9. Eben dieser Geist, aus dem Körper lange lebender Thiere, z. E. des Hirsches, gezogen. — Oder auch solcher, deren Theile oftmals erneuert werden. Dahin gehören eben die Hirsche, in Rücksicht ihrer jährlich abzuwerfenden Geweihe; die Schlangen, welche jährlich ihren Balg abstreifen und erneuern.

10. Unter gewisser Constellation und Einfluß der Planeten und Gestirne verfertigte Siegel und Talismans, welche das Leben verlängern sollen.

§. 100.

Es streitet aber gegen alle Wahrscheinlichkeit, daß das menschliche Leben, durch irgend eines

eines dieser ersterwähnten (§. 99.) Mittel und Methoden, auf eine so hohe Anzahl Jahre gebracht werden könne, wozu die sogenannten Adepten Hoffnung machen. Ja, ohne Ausnahme, sind alle, welche solches behaupteten, durch ihr eigenes Beispiel, widerlegt worden. Denn diese Adepten sämtlich starben meist selbsten, in frühen Jahren und blühendem Alter, dahin. Z. E. *Paracelsus* blieb steif und vest dabey, durch Hülfe seines obengedachten (§. 99. Nro. 2.) Elixir Proprietatis das Alter des Methusala's zu erreichen, und alsdann erst in Ueberlegung zu ziehen, ob er nun sterben, oder noch ferner leben wolle. Nichts destoweniger rafte ihn der Tod, in dem unbeträchtlichen Alter, von nicht ganz 48 Jahren, hinweg.

Fragen, welche einem Arzt zu beantworten sind, und deren Beantwortung der Geschichte der Krankheit, die an den Arzt abgelassen wird, einzuverleiben ist.

Wie alt ist der Kranke? Wes Geschlechts? Wo ist er geboren und erzogen? Wie lang enthält er sich schon in seinem gegenwärtigen Wonort? In was für einer Gegend des Orts, und in was für einem Haus wont und schläft er? Etwann in einem feuchten Zimmer, oder wo Zugluft und Wind durchstreichen? Ist er stark, fet, mager von Person? Sahe er rot oder blas aus im gesunden Zustand? Ist er muntern, lebhaften, oder langsam- und schläfrigen Temperaments? Und wie ist seine Lebensart? Untätig oder arbeitsam? Was für eine Profession treibt er? Kan er was von Natur nicht vertragen Z. E. das süsse? (dieses dürfte ich ihm also nicht verordnen). Ist er ein starker Esser, Trinker; oder gar ein Säufer im Wein, Bier, Brandwein? Schmekt ihm Essen und Trinken? Was speist er am gewönlichsten? Harte oder weiche, rohe, saure, scharf gewürzte, geräucherte, viele Fleisch-, Fisch-, Melspeisen? Früh oder spät zu Abendszeit? Was trinkt er ordentlich? Wasser, Bier, Wein? Wie viel, und zu welcher Zeit des Tags? Trinkt er viel Caffe, Thee, Chokolade? Hat er Schlaf? Wie viele Stunden schläft er ohngefär? Schläft er auch bei Tag, oder bald nach dem Abendessen? Hat er gegenwärtig vielleicht einen längern und tiefern Schlaf als sonsten? Färt er oft in solchem auf? Hat er viele Träume? Geht die Oefnung ordentlich und leicht, täglich mehr denn einmal, von statten? Wie ist der Abgang beschafen? Keiner, wenig, viel? Hart, weich? Von welcher Farbe? Geht die Oefnung vielleicht durchfällig, und die-

ses oft, oder hart und schwer von statten? Gehen etwann Schleim, Galle, Blut, Würmer; oder anderer, auch wol verhärteter, schwarzer Unrat, ab? Erfolgt nach dem Durchfal Mattigkeit? Fliest der Urin ordentlich? Viel oder wenig? Ohne-, oder mit Schmerzen? Trüb, dünn und wäsrig? Hochgefärbt, rot? Färbt solcher die Leinwand? Hat er einen starken Saz, und von welcher Farbe? Etwa schleimig, gelb, ziegelfarb? Ist der Kranke sehr zornig, oder zur Traurigkeit, Schreken rc. geneigt? Hat er viel Zorn, Traurigkeit und Schreken etwann bereits erlitten? Hat der Kranke einen Diätfeler im Essen, Trinken rc zu Schulden kommen lassen? Hat solcher ehehin schon viele Arzneimittel gebraucht, und welche? Hat er sich an Vorbauungscuren gewönt, an welche? Hat er zu Zeiten Nasenbluten gehabt? Wenn? Hat er sonst Ader gelassen, geschrepft, Blutigel ansezen lassen? Wie oft järlich? Etwa beim Anfang, oder wärend der Krankheit? Läst er bei der Aderöfnung, gewönlicherweise, viel oder wenig Blut auf einmal weg? Wie sah das Blut das leztemal aus? War es zäh oder zu flüsig; rot, schwarz? Hatte solches wenig oder viel Wasser? Wie sah das Wasser aus, gelb, grünlich, u. s. w.? War eine Haut auf dem Blut, und solche sehr dicht, dik und zäh rc? War der Kranke sonst von gesunder Leibesbeschafenheit? Hat er ehehin schon viele Krankheiten ausgestanden? Was für welche, diese nämliche vielleicht? Auf welche Weise hat sich die Krankheit angefangen? Wie lang ist er krank? Wie sieht der Kranke während seiner Unpäslichkeit aus? Blas, gelb u. s. w.? Sind seine Wangen rot; und zu welcher Zeit, vielleicht nach Tisch? besonders nach Tisch, Abends? Ist er sehr schwach? Und dieses über den ganzen Körper, oder nur in ein und dem andern Glied? Empfindet er Zittern? Wenn? Stark? Muß er beständig zu Bet liegen? Ist sein Zustand immer einerlei, oder zu mancher Zeit, etwann Abends, verschlimmert? Empfindet er Schmerzen? Was für? Stechende, denende, spannende, klopfende?

Auf

Auf einem kleinen Flek befindliche oder einen grosen Plaz einnemende, festsizende, oder herumziehende, Kopf-, Hals-, Brust-, Rüken-, Magen-, Bauch-, Lenden- Gliederschmerzen? Und in welchem Ort dieser Teile? Stark oder schwach? Zu einer Zeit stärker, wenn er sich auf diese oder jene Seite legt: Beim Einatmen, Husten, Anfülen? Hat er Frost, Hize? Stark, schwach? Ist der Kopf schwer, eingenommen, dämisch, schwindlich? Ist er in Ansehung des Gemüts bei sich, oder verwirt; stupid, schwach am Verstand? Hat er Appetit zum Essen, oder Ekel dafür? Für welchem? Vielleicht Ekel für dem Fleisch u. s. w.? Ueblen Geschmak im Mund? oder gar Schluken? Hat er starken Durst? Wenn? Ist er unruhig oder still? Wie sehen die Augen aus? Etwa gelb im Weisen? Wie ist die Zunge beschaffen? und wie sieht solche aus? Weis, gelb, braun, schwarz? Ist sie troken, feucht, ausgedort, aufgesprungen? Unrein, rauh, mit zähem Kleister überzogen? Zittert solche, oder kan sie der Patient vielleicht gar nicht, oder nur mit vieler Müh, herausstreken? Ist sie aufgelaufen, oder dünn? Wie der Mund? Befinden sich in solchem viel Schleim, oder andere klebrige Unreinigkeiten, Schwämchen? Wie ist der Leib anzufülen? Ist solcher weich oder gespant und hart? Gleich oder ungleich? Aufgetrieben oder eingezogen? Ohne Schmerzen oder schmerzend, anzufülen? Hat er viel Aufstossen, oder Uebelkeit, Neigung zum Brechen, Brechen selbst: und was komt bei solchem zum Vorschein? Schleim, Galle, genossene Speisen, schwarze Materie; oder was sonst? Was hat das herausgebrochene für einen Geruch, Geschmak? Sauer, bitter, oder wie sonst? Empfindet er Blähungen? Gehen solche gehörig ab? Wie befindet er sich nach dem Essen? Stößt es ihm nach der Malzeit auf? Wie, sauer, ranzigt, bitter ɾc? Nach welchen Speisen hauptsächlich? Schwizt der Kranke viel? Ueber den ganzen Körper, oder nur an einem Theil desselben? Zu welcher Zeit? Um Mitternacht oder zu Früh? Ist der Schweis warm

kalt, klebrig? Hat derselbe einen Geruch, und wie? Sauer, stinkend? Färbt solcher die Leinwand etwa gelb? Mattet ihn der Schweis ab, oder befindet er sich besser darauf? Hat der Kranke am Leib sehr abgenommen? Wie ist sein Puls? Schnel, langsam, gros, klein, stark, schwach, hart, weich, zitternd, ordentlich oder unordentlich? nachlassend? Bleibt zu Zeiten ein Schlag aus? Hat er Herzklopfen? Wie ist sein Otem? Geschwind, langsam? Gleich oder ungleich? Stark oder schwach? Warm? kalt, stinkend? Schwer, und wenn? Etwann beim Steigen in die Höhe, oder auch bei anderer Bewegung? Hat er Husten, troknen oder feuchten? Zu welcher Zeit quält ihn der Husten am meisten? Empfindet er den Reiz davon in dem Hals, auf der Brust, oder im Magen? Ist der Auswurf häufig oder gering? Hat sich solcher etwann gestekt? Was wird ausgeworfen? Schleim; weis, grün, gelb? Eiter, Blut, Galle, oder was schwarzes? Ist der Auswurf sehr zähe? Hat er Steken? Beständig; oder nur zu Zeiten? Wird solches beim Einatmen oder beim Husten etwa heftiger? An welchem Ort ist das Steken hauptsächlich zu verspüren? Kan sich der Kranke auf beide Seiten legen, oder nur auf eine? oder kan er gar nicht liegen? Was für Mittel hat er bisher gegen seine Krankheit angewandt? Welche Wirkung haben solche getan?

Fragen an das weibliche Geschlecht.

Ist die monatliche Reinigung vorhanden? Stark, schwach? Wie die Farbe und Beschafenheit des Abgangs? Ist das Frauenzimmer ledig, Witwe oder verheuratet? Im lezten Fal, fruchtbar oder unfruchtbar? Ist sie schwanger? Wie lang? Liegt sie im Kindbet? Vielleicht zum erstenmal? Ist es hart oder leicht in der Geburt hergegangen? Wie oft hat sie schon geboren? Waren viele Nachwehen zugegen? Ist die

Reini-

Reinigung gehörig fliesend, oder geflossen? Ist Milch vorhanden? War das Milchfieber stark? Säugt die Mutter das Kind selbst? Ist der weise Flus etwann zu verspüren? Von welcher Beschafenheit? Schleimig, gelb, grün, scharf? Hört das Monatliche etwann schon bei ihr zu fliesen auf? Hat sie mit Krämpfen, Kopf-, Halsschmerzen, Empfindung eines Zuschnürens im Hals, Gichtern, oder andern so genanten Mutterumständen zu tun?

Fragen wegen der Kinder.

Wie alt ist das Kind? Ist es bei der Geburt hart mitgenommen worden? Ist dessen Leib dik, aufgelaufen und hart? Was ist seine Narung? Trinkt es an der Mutter, an der Amme, oder wird es gar mutterlos aufgezogen? Mit was für Narungsmitteln? Trinkt solches häufig? Giebt man ihm viel Milchbrei, oder ausser dem Getränk und Brei, was sonst noch für Speisen? Ist es nach der Geburt sogleich gebürend ausgereinigt worden? Hat es die Gelbsucht, Zukungen gehabt? Schreiet es viel? Ist der Schlaf unruhig? Fährt es im Schlaf plözlich auf? Und das vielleicht oft? Erbricht sich solches öfters? Was geht durch das Erbrechen fort? Hat es Verstopfung? Durchfal? Hat der Abgang einen sauren Geruch? Siehet solcher vielleicht grün, oder wie gehakte Eier aus? Gehen die Zäne schwer hervor? Hat es schon Zäne? Wie viel? Welche Gattung derselben, Schneide-, Hunds-, Stokzäne? Fährt es öfters mit den Händen an die Nase? Lauft der Mund voll Wasser? Speist es gern trokene Sachen? Gehen Würmer ab? Hat es die Poken, Masern oder andere Kinderkrankheiten, bereits überstanden? Hat es hervorragende Knochen, bei aufgetriebenem harten Unterleib, blasser Farbe, abnemendem Fleisch, an Armen und Beinen besonders, mit andern Zeichen der englischen Krankheit? u. s. w.

Einige Lebensregeln

für Gesunde, sonderlich aber Kranke.

Die 1) Luft soll täglich vielmal, sonderlich aber Früh und Abends, erneuert werden. Man öfne Tür und Fenster, ziehe bede geschwind hin und her, um die Bewegung und Erneuerung der Luft zu befördern; deren verdorbene Beschafenheit, auch aus dem üblen Geruch abzunemen ist. Das Räuchern allein ist nicht hinlänglich, zuweilen gar schädlich; sonderlich, wenn die Lunge Not leidet; weil durch den Rauch öfters noch mehr reizende Teile in die, ohnehin schon verdorbene Luft und Lunge, getrieben und gezogen werden. Am besten wird solche verbessert, wenn man hinter=, oder auf den Ofen ein Stüklein Schwefel oder Pech oder beedes zugleich legt, daß solches sich nach und nach in Dünste auflöse; oder in dem Zimmer oftmalen Essig, auch saure mineralische spiritus herum sprizt. Leztere dämpfen, besonders in hizigen Krankheiten, die entstandene Fäulnis augenbliklich. Nur mus man sich hüten, solche auf Leinwand oder anderes Kleidergerät, fallen zu lassen:

---

1 Die Ursache ist, weil alle ausgeatmete Luft fix und phlogistisch ist; in welcher, wenn sie in Menge vorhanden und eingeschlossen ist, kein Mensch leben kan. Daher die Beängstigung in solchen verschlossenen und kleinen Zimmern; worinnen auch um eben deswillen so gar die Lichter nicht hel brennen können, oder wol ganz verlöschen. Nun wird es erst recht begreiflich, warum das Fenster und Türenöfnen, wodurch eine frische, zum Atmen taugliche, Luft herbeigeschaft wird, so nüzlich und unumgänglich nötig sei.

sen; als welches sie straks zerfressen. 2) Bei groser Wärme sprize man auch öfters kaltes Wasser, mit- oder ohne beigemischtem Esig, um das Krankenbet und in dem Zimmer herum, seze auch überal damit angefülte Gefäse in solchem hin und her, in alle Eken, auch neben-, und unter das Bet; und wiederhole dieses mit frischgeschöpftem so oft, als der Boden troken, oder das Wasser warm zu werden, begint. Das aus tiefen Schöpfbrunnen herausgeholte, ist das kälteste; also auch zu diesem Endzwek das angemessenste. Die Luft ist uns nötiger, als alle Lebensmittel. Ohne Narung sind wir manche Tage zu leben im Stand, aber keine vier Minuten ohne Luft. Ein hohes und trokenes Zimmer ist das zuträglichste. Besser also, in 2ten oder 3ten Stokwerk, als in der untersten, meistens feuchten, Etage, sich enthalten. Gesundheit hat den Vorzug vor einer vermeinten Bequemlichkeit; aus welcher Absicht

2 Kaltes Wasser, als kalt betrachtet, erfrischt; und auch in dieser Rüksicht allein tut es schon in Krankenzimmern gute Wirkung. Sonst aber, ohne diese Eigenschaft betrachtet, hat es noch den wichtigen Nuzen, daß es die fire Luft in sich schlukt, auch das Phlogiston oder das Brenbare absorbirt; denn eine brenbare Luft, worinnen kein Thier nur einen Augenblik leben kan, wird durch herumschütteln mit Wasser, wieder zur respirablen Luft. Daher das Gesunde der Seeluft, weil schon durch die grose Oberfläche des Meers, noch mehr aber bei Stürmen, die Luft, von dem Wasser, aller dieser schädlichen Teile beraubt wird. Durch das oft in die Krankenzimmer gestelte Wasser, wird also auch die darinnen befindliche schädliche Luft, in etwas mit verbessert, wenn man solches oftmalen herumrürt.

man doch blos der Erde gleich zu wonen pflegt. Wo feuchte Luft herscht, da schiken sich die trokenen Räucherungen vom Flus=, oder Weihrauch, Mastix, Agtstein, Zuker, Pech, dem aus dem Kienholz entspringenden Harz, Gummi anime, Wachholderholz (welches dienlicher ist, denn die Bere; als die zwar anfänglich wol riechen, bald darauf aber einen unangenemen Geruch verbreiten), am vorzüglichsten trokener Storax und Räucherkerzgen, weit besser, denn Esig, saure Spiritus, oder Benzoë; indem dieses leztere zwar von zimlich angenemen Geruch befunden wird, aber auch, nur in geringer Menge, unter die Räucherkerzlein gemischt, heftigen Husten erregt. Vorzüglich lassen sich hier die Ventilators mit ungemeinem Nuzen anwenden; und solten solche billig in jedem Wonzimmer, aber zu oberst im Fenster, angebracht werden. Auch ist dieses ein groser Feler bei Fenstern, wenn die obern Flügel derselben nicht geöfnet werden können; welches sorgfältig zu vermeiden. Und leider! Die meisten Fenster in der Bauern=, und anderer gemeinen Leute, Wonungen, sind so nachteilig für die Gesundheit eingerichtet. Auch die Deken der Wongemächer müssen hoch seyn; weil die schädlichen Ausdünstungen vorzüglich in die Höhe zu steigen pflegen, und diesemnach in niedrigen Zimmern beständig wieder mit dem Atem hinein gezogen werden. Man bewone ein=, von der freien Luft allenthalben, wenigstens so viel nur immer möglich, umgebenes und durchstrichenes Gebäude dergestalt, daß, wenn es geschehen kan, die Aussicht gegen das freie Feld zu, offen sei. Aus Mangel der freien reinen Luft, sind die Städte jederzeit ungesünder, 3) als die Dörfer; und würden, wie bemerkt worden,

---

3 Nachdem die Städte und die Dörfer liegen. Ist die Lage einer Stadt hoch; so ist gewis dort eine gesyndere Luft, als in niedrigen sumnach

nach etlichen Generationen vielleicht gänzlich aussterben, wenn nicht fremde Ankömlinge vom Land herein, die abgehende Zal in den Städten, beständig mit neuen Einwonern ersezten. Je gröser die Stadt; desto mehr auch Sieche, Kranke und Tode. Daher in grosen Stäten die Anzal der järlich Sterbenden, die Menge der Gebornen gewönlicherweise um ein merkliches übertrift; welches sich hingegen auf dem Land fast beständig umgekert verhält. Reinlichkeit ist nicht wegen des Wolstands allein, sondern hauptsächlich auch der Gesundheit halben zu beobachten. 4) Man wechsle täglich die Leinwand, auch öfters die Kleider. Beim Schwizen mus ein ander Hemd, aber erst nach geendigtem Schweis, auser solchem aber auch täglich Früh und Nachts ein-, wenn es möglich, frisches, angezogen werden. Es sol aber daselbe vorher erst recht durchaus, in allen seinen Teilen, erwärmt worden sein. Gut, wenn eine gesunde Person das Hemd, längst eine Stunde,

---

pfigen Dörfern. Daß in den Städten gewönlich die Zal der Sterbenden, die Menge der Gebornen um ein merkliches übertrefe, welches sich hingegen auf dem Land umgekert verhält; mag auch viel daher rüren, weil auf dem Land, nach Proportion, weit mehr Menschē im ehelichen-, und weniger im ledigē Stand leben, als in den Städten. Wie viel unverheuratete wandern von dem Land in die Städte, um da zu arbeiten und zu dienen.

4. Für den gesunden Menschen ist am besten, in der Geschwindigkeit und in keinem kalten, sondern temperirten, noch besser warmen, Zimmer, das Hemd zu wechseln; als solches erst, nach geendigtem Schweis, der indessen zum Theil aus dem Hemd wieder in den Körper zuruk trit, zu tun.

ohne zu schwizen, am Leib trägt, bis es durch und durch warm worden, und der Kranke solches unmittelbar darauf anziehet; aber unter der Betdeke, damit er sich nicht verkälte. Doch mag man es endlich auch hinter dem Ofen recht warm werden lassen. Das Ausräuchern der Hemder ist übrigens nicht dienlich; (sonderlich bei hizigen, zehrenden, und Krankheiten mit Ausschlägen; als welche leztere gern darauf zuruktreten), wol aber das Besprizen mit Essig; doch daß solche wieder gänzlich troken werden, ehe der Kranke davon Gebrauch macht. 5) Man kan die getragenen Hemder nur durch frisches Wasser ziehen, auswinden, und wieder troken werden lassen; ja im gesunden Zustand nur einige Zeit an die freie Luft hängen, und sodenn frischerdings wieder anziehen. Eingeseifte neue Wäsche ist, sonderlich in hizigen Krankheiten, schädlich. In der Pest und andern faulenden Krankheiten sterben gemeiniglich die Wäscherinnen, und alle Personen, welche viel mit Seife zu tun haben, vor andern, am meisten weg. Inzwischen ist jederzeit zuträglicher, täglich ein- oder zwei neue eingeseifte Hemder anzulegen, als in dem alten liegen zu bleiben; worein sich der Gift, vermittelst der Ausdünstung, aus dem Körper gezogen: welcher denen, wenn das Hemd nicht gewechselt wird, sodenn, durch die einsaugenden Gefäse, wieder in den Leib zurük trit, eine neue Anstekung verursacht, und die Krankheit verschlimmert. Es ziehe nur jemand Gesundes ein dergleichen, von einem Kranken durchschwiztes, Hemd an; so wird er sich augenbliks übel darauf befinden, und leichtlich mit der nämlichen Krankheit befallen werden. Diese Vorsicht

---

5 Wenn solche durch gewisse Schweise u. s. w. alzuschmuzig worden; so müssen sie notwendig ordentlich ausgewaschen werden: denn in diesem Fal ist das Auswaschen aus kaltem Wasser nicht hinlänglich.

ist sonderlich bei Kranken zu beobachten, welche mit Ausschlägen, als Friesel, Masern, Kräze rc, mit dem Podagra, oder gar der venerischen Seuche, vor allem mit der Schwind-, sonderlich der Lungensucht, behaftet sind; wo ja offenbar ersichtlich ist, daß die Unreinigkeiten hauptsächlich durch die Haut meistens ausgeworfen-, und eingesogen werden. Vor allen aber ist dieses bei denen-, sonderlich schwärenden-, Blatern zu bewerkstelligen; weil dabei die Fäulnis sehr heftig ist. Sprizt man ein eingeseiftes Hemd mit Esig wol aus, so wird die faulende Eigenschaft der Seife ohnehin dadurch verbessert.

Hände, Gesicht, Füse soll man öfters des Tags über mit kaltem oder lauem Wasser, welchem etwas Esig beigemischt worden, abwaschen; niemals etwas hinter dem Ofen, oder sonst im Zimmer, troknen; aber die gewechselte Wäsche so gleich aus dem Won-, und Krankenzimer räumen, nichts widrig riechendes in solchem zurük lassen, und verhüten, daß nicht viele Personen zugleich dem Kranken Besuche abstatten; als welche durch ihre Ausdünstungen und Blähungen die Luft nur zu verunreinigen pflegen: zu geschweigen, daß ein solcher Zuspruch des Kranken Lebensgeister in Unordnung bringt, die ohnehin geschwächten Nerven angreift, und zu Alteration und Verwirrung der Sinne, Gelegenheit gibt. Stille und Dunkelheit sol in jedem Krankenzimmer herschen, damit Augen und Ohren nicht angegriffen werden; als welche unter allen Sinnen den äuserlichen Eindrüken am meisten ausgesezt sind. Was vom Kranken durch Urin und Stulgang abgeht, mus unverzüglich aus dem Zimmer weggeschaft werden, damit der Patient die faulen Ausdünstungen davon nicht wieder in sich ziehe. Unter die Betstätten, alwo fast beständig ein übler Geruch befindlich ist, auf das Betstroh (welches auch in gesunden Tagen oft zu wechseln), und auf die Betten selbst, soll man beständig Esig und andere der Faulnis widerstehende Mittel sprizen, auch ein groses Gefäs mit heisem 6) Esig,

6 Es ist auch sehr gut, um-, an-, und in das

oder

oder eine Rauchpfanne mit angezündetem Pech, oder andern Rauchwerk, oftmals des Tags über, unter dieselbe stellen; um die, unter solcher befindliche verdorbene Luft, zu verbessern. Esig auf glühende Bak- oder Ziegelsteine, oder Kachelöfen gesprizt; welches von den angesehensten Schriftstellern empfolen wird, taugt dennoch nicht. Seine subtilen öligen Teile verbrennen, auch bei einem weit geringern Grad der Hize; es steigt von den Steinen ein sehr ekelhafter ungesunder Dampf, welcher die Luft mehr vergiftet als verbessert, in die Höhe; wie von einem frisch und lang vorher nicht geheizten Ofen. Die eiserne heise Platte des Ofens, oder ein anders heises Eisen z. E. eine Kolschaufel mit Esig begossen oder besprizt, oder das heise Eisen in den Esig hinein gelegt, gehen noch an. Schiespulver ist auch ein unvergleichliches Mittel, die Luft zu reinigen und zu verbessern; ja in neuen Gebäuden, neu ausgeweisten Zimmern, in lange nicht eröfneten Brunnen, Kellern, Leichen- und andern Grüften, und allen dumpfigen, mit faulen Ausdünstungen angefülten Oertern, den sämtlichen andern Mitteln weit vorzuziehen. Bei Pestzeiten, und wenn ansteckende Krankheiten herschen, solte man billig in jedem Haus, und in jedem Zimmer insbesondere, an einem freien Ort, wo das Pulver keinen Schaden zu tun vermag, alle 2 bis 3 Stunden, wenigstens alle Früh und Nachts, Pulver anzünden; auf ein mittelmäsig, oder kleines Zimmer, einen Büchsenschus gerechnet. Man mus aber, beim Anzünden, 1 bis 2 Schritte davon stehen bleiben; damit man sich durch

Bet des Kranken, und über solchem, ein- oder merere, in Esig eingetauchte und wieder ausgewundene, Servietten aufzuhängen; durch deren Ausdünstung die Luft verbessert, und der Kranke sehr erquikt wird.

Verbrennen keinen Schaden zufüge; oder das Pulver nur nach und nach, und blos köngenweis, auf Kolen oder glühendes Eisen fallen lassen. Es reinigt die Luft durch seine saure Ausdünstungen; welche im Salpeter und Schwefel häufig enthalten sind, und der Fäulnis kräftig widerstehen. Es erneuert aber auch solches die Luft im höchsten Grad, weil, besonders der Salpeter, dephlogistisirte Luft in gröster Menge in sich enthält; welche durch das Anzünden frei wird, und die im Zimmer befindliche verdorbene, miteinander erneuert und erfrischt. In neu gemauerten Gebäuden und frisch ausgetünchten Zimmern ist solches, wie oben gesagt, allen übrigen Räuchermitteln weit vorzuziehen. Noch sicherer ist, Schwefel nebst gleichviel, oder 2/3 Salpeter mit 1/3 Schwefel unter einander gemischt, stat Pulvers auf Kolen zu werfen. In kaltes Wasser sehr viele, keinen alzustarken Geruch von sich verbreitende Blumen, Kräuter und Zweige z. E. von Weiden, Eschen, Pappeln, Weinreben und andern Bäumen, so gestelt, daß sie die Sonne bescheint, erfrischen das Zimmer durch das unaufhörliche Ausdünsten der dephlogistisirten Luft, in welche sie die eingesogne phlogistisch gewordene Luft verwandeln. Aber gegen Abend, und aus dem Schatten, müssen sie weggeschaft werden. Denn bei Nacht und im Schatten vergiften alle Pflanzen durch ihre Ausdünstung die eingeschlossene Zimmerluft. Starkriechende Blumen, weise Lilien, Türkennelken, und Früchte, besonders Pfirschen, die man so gern in den Zimmern aufbewart, vergiften sie bei Nacht und bei Tag. Man weiß die traurige Erfahrung, daß der alzustarke Geruch von weisen Lilien und Merzviolen einen plözlichen Tod verursacht hat. Man hüte sich deswegen auch für Betwärmern mit Kolen, und in der Kirche dulde man keine, mit solchen angefülte Wärmkästlein; sondern blose Betflaschen, heisgemachte Sandsäke, Steine, eiserne Platen, oder andere dichte schwere Körper, welche die Wärme lang in sich halten und keinen Dampf verbreiten: denn der erstern etliche sind

schon

schon im Stand einen ganzen weitläuftigen Tempel, zum grösten Nachteil der Gesundheit der darinnen versammelten Menschen, mit ihrem tödlichen Dampf zu erfüllen. Empfindliche Personen sehen sich so gleich davon betäubt, oder mit heftigem Hauptweh angegriffen. Auch die verhaste Gewonheit soll unterbleiben, die Talchlichter und Oellampen in den Zimmern auszulöschen, oder unausgelöscht vollends in solchen ausglimmen zu lassen. Man hat Exempel, daß empfindliche Personen plözlich davon tod krank worden, in die tiefste Ohnmacht gefallen; und daß Schwangere sehr oft darauf vor der Zeit niedergekommen sind. Kein Fenster sol auf derjenigen Seite geöfnet werden, welche an eine Miststät, der einen andern übelriechenden Ort angränzt. Man erwärme niemalen das Zimmer über Gebür, um durch dessen Erhizung den Kranken nicht ängstlich-, und das Atemholen beschwerlich zu machen. Dieses ist sonderlich bei hizigen Krankheiten wol zu merken: nur so viel Feuer zu geben, als der Patient selbst verlangt; indem doch manche Personen, auch bei hizigen Uebeln, einen grosen Grad der Wärme vertragen können, ja nötig haben. Die Empfindung des Kranken sei der Masstab der Wärme. Sonst ist es ja unvernünftig, bei groser innerlicher Hize des Körpers; bei der Betwärme (welche sogar den Pflegmatikus, auch in einem ungeheizten Gemach, der Kälte vergessend macht), noch oben drein das Zimmer zu einem feurigen Ofen zu machen, und solchergestalt den armen Kranken zwischen 3 Feuern lebendig zu braten. Im Sommer mus die äusere Luft, Tag und Nacht, durch Türen und offenstehende Fenster einen freien Eingang finden: aber in der weitesten Entfernung von dem Kranken, damit solchen keine Zugluft berüre. Doch kan man ihnen bei starker äuser- oder innerlicher Hize, mit einem Wedel, frische Luft, mit deren groser Erquikung, zuwehen; ausgenommen, wenn ein, besonders kritischer, Schweis vorhanden. Alle an die freie Luft gewönte, sonderlich der arbeitsame Landmann, haben sich sehr zu hüten, daß sie, bei verspürter Unpäslichkeit, sich nicht so gleich in ihr, mit

ver-

verdorbener Luft angefültes, Wongemach, verschliesen, und alle Bewegung oder Arbeit fliehen, dadurch aber ihre Säfte völlig verderben, und die Kräften gänzlich aufreiben. Eine unzälbare Menge Landleute und andere Menschen sind nur deswegen frühzeitig elend in die Grube gefaren, weil sie bei einem geringen zugestosenen kränklichen Zufal, sich so gleich in ihr unsauberes, von verdorbener Luft gänzlich vergiftetes, Wongemach eingekerkert, und aller freien Luft, aller Arbeit und Bewegung, entsagt haben. Man spüle auch den Mund öfters mit külem Wasser, oder Wasser mit etwas Esig vermischt (vornämlich lezteres in hizigen Krankheiten), aus; alle 2 oder 3 Stunden; jederzeit etlichemal hintereinander; sonderlich ehe man etwas isset, trinkt, oder Arznei zu sich nimt: da man im andern Fal, jederzeit den ersten Mundvol wieder auszuspülen hat; um die faulenden, unreinen, schädlichen Säfte, welche beständig in groser Menge in den Mund und Gaumen abgesondert werden, nicht wieder mit in den Magen hinab zu schlingen, und dadurch der Krankheit frischen Zunder und neuen Narungsstof zu geben. Nicht minder sind die Zäne täglich, wenigstens früh, mit einer gelinden, reinen, trokenen, oder in kaltes Wasser eingetauchtē Leinwand, wol abzureiben, und dadurch von ihrem anklebenden Schmuz und angesezter Unreinigkeit zu befreien. Geschieht solches öfters, besonders Mittags und Abends nach Tisch, und Nachts vor Schlafengehen; so ists um desto besser: denn bei den Malzeiten, und die Nacht durch im Schlaf, pflegen sich die meisten Unreinigkeiten an den Zänen anzusezen. Alle Zanpulver, sie mögen Namen haben wie sie wollen, werden, zumal täglich und häufig gebraucht, nach und nach, auch blos durch den mechanischen Reiz, (das Reiben nämlich), dem Schmelz der Zäne und den Zänen selbst nachteilig sein; wenn sie gleich anfänglich gute Dienste zu leisten scheinen, und die Zäne weis machen. Nach dem Essen mus dieses Reiben sehr gelind geschehen, weil das Zanfleisch sonst zu stark gereizt wird, und also Schaden leidet. Eben so nötig ist Gesunden und Kranken das tägliche Waschen der Hände und

Füse, des ganzen Leibs, der Achseln und heimlichen Orte. Wenn nichts am ganzen Menschen einen üblen Geruch von sich gibt; so werden ihn leztere Teile, und unreinlich gehaltene Füse von sich verbreiten: zum deutlichen Beweis, daß nach solchen die gröste Menge Unreinigkeit von der gröbsten Art getrieben; und aldort ausgeworfen werde. Man reinige nur eine Woche lang die Füse nicht, wie schwarz, wie beschmuzt sehen nicht solche alsdenn von dem, durch die Schweislöcher ausgetretenen Unrat, sonderlich zwischen den Zäen, aus? Welche schwere Krankheiten, ja den Tod selbst, kan man sich nicht, durch Vertreibung des Schweises an den Füsen, zuziehen? Durch das Waschen werden die Unreinigkeiten abgespült, die Schweislöcher eröfnet, die Ausdünstung vermehrt, und die Haut durch das kalte Wasser gestärkt. Das Gesicht ist, wenigstens zu früh, nebst Augen und Augenwinkeln, mit ersagtem kalten Wasser, wol abzuwaschen und zu reinigen. Warmes schadet den Augen, kaltes ist ihnen zuträglich. Nur wenn Früh, beim Erwachen, die Augenwinkel mit verhärtetem-, öfters eitrigem-, Unrat angefült sind; so ists dienlich, solchen mit lauem Wasser erst aufzuweichen und abzuspülen; sodenn aber mit dem kalten hintennach zu kommen. Mit kaltem, starken Thee, die Augen früh ausgerieben, dient vortreflich, z. E. in blöden Augen, in deren Entzündung, und auch zu ihrer Erhaltung. Die Hände sollen so oft gewaschen werden, als man etwas unreines anrürt, oder vom Bet und der Malzeit aufsteht; auch ehe man sich niederlegt. Manchmal ist Seife oder Kleien mit dem Waschwasser zu verbinden. Junge Kinder solte man bei zeiten an das kalte Wasser gewönen; im Winter solche in einem eingeheizten Zimmer mit einem, in kaltes Wasser getauchten, Schwam abreiben; im Sommer hingegen in kaltes Wasser selbst eintauchen. Doch müssen sie nicht kurz vorher geschwizt haben, auch vor dem Eintauchen etwas lose gebunden werden, um nicht unmittelbar aus der Bethize in die

Kälte

Kälte zu geraten. Warum waren unsere alte Deutsche Vorfaren, welche ihre Kinder in 7) Flüsen badeten, und im Winter das Eis aufhaueten, um zum Wasser zu kommen; und warum sind die Russen, die Wilden, so stark, so dauerhaft? Hauptsächlich auch wegen ihres oftmaligen Badens in kaltem Wasser. Achilles wurde von seiner Mutter in den Styx, das i. in das kälteste Wasser eingetaucht und dadurch fest gemacht, oder in Stand gesezt, aller Witerung und Unfreundlichkeit der Luft Troz zu bieten; keineswegs aber allen Waffen zu widerstehen. Mit Unrecht läst man demnach, in unsern verzärtelten Zeiten, Baden und Schwimmen fast gänzlich abgehen, da es doch 2 der wichtigsten Mittel sind, die gegenwärtige Gesundheit zu erhalten, die verlorne wieder herzustellen, und das Leben zu verlängern. Bader haben vom Baden den Namen, und keiner hält ein Bad mehr: Badstube ist gegenwärtig ein lerer Name. Zu Zeiten ein ordentliches Bad, in einer Badwanne, wo das Wasser bis

---

7 In Weihern, deren Wasser, weil es steht, durch die Hize im Sommer verdorben und faul wird, oder in Bächen zu baden, die in der Nähe einen Zuflus von Quellen, und folglich ein kaltes Wasser haben; ist nicht ratsam. Die Sache hat um so mehr Bedenklichkeit, da man sich gemeiniglich, bis man auf den Plaz komt, durch das Gehen erhizt, und dann einen von Bäumen überschatteten, den neugirigen Bliken verschlosenen Ort sucht, wo aber auch die Luft um so küler, das Wasser kälter, und also eine Verkältung um so viel eher möglich ist. Abgehärtete- und Bauern-Körper leiden wol wenig davon: aber Personen von schwacher Constitution und Nervensystem, die manchmal im Sommer eine solche Erfrischung suchen, und ihren Körper dadurch stärken wollen, können sich leicht eine Krankheit holen.

an die Herzgrube, oder wenigstens bis an den Nabel geht, wäre sehr dienlich. Da aber solches zu viele Weitläuftigkeiten verursacht; so halte man sich wenigstens, in gesunden und kranken Tagen, an die Fusbäder von lauem Wasser, welche bis an die Waden oder Knie reichen: Abends vor Schlafengehen ist die beste Zeit darzu. Man wirft Kleien, Salz, schikliche Kräuter, als Beifus, Chamillen, Feldpolei rc; oder am besten, stat Kleie und Salz, durchgesibte Asche, in belibiger Quantität, ordentlich 6 bis 8 hand vol, dazu hinein. Die in der Asche enthaltene, vom Wasser aufgelöste Potasche, wischt die, den Füsen anklebende Unreinigkeiten besser ab; dringt, zusamt dem Wasser, häufiger in das Blut und reizt die Haut stärker, als gemeines Salz oder 8) Kleien; daher die im Körper befindliche Säfte, teils wegen dieses Reizes, teils wegen Erweich- und Erschlafung der Haut, von den obern Teilen, stärker gegen die untern, besonders die Füse, herabgelokt werden; wie man auch daraus erkent, weil die, in dem Bad stehenden Füse, anzuschwellen-, und rot zu werden beginnen; zum augenscheinlichen Beweis, daß mehr Blut und Säfte, als gewönlich, in solche eingedrungen. Man sol wöchentlich 2-, bis 3mal; ja im bedürfenden Fal, über den andern Tag oder täglich, ein dergleichen Fusbad nemen; eine halbe, bis ein-, oder zwei Stunden darinnen verweilen; und mit einem Tuch, oder etlichemal zusammen gelegten Leilach, sowol Bad, als Füse, wol bedeken, damit die Dämpfe nicht neben hinausgehen, oder Verkältung entstehe. Färt man mit dem Fus im Bad herum, und es scheint da, und dorten kälter zu sein, als die Füse selbst; so wird etwas warmes Wasser nachgegossen: kaltes hingegen, wenn solches zu heis ist. Wenn die Füse hineingesezt werden; so mus man solche mit Vergnügen darinnen halten können:

---

8 Bei hizigen oder schmerzhaften Krankheiten tun die Bäder mit Kleien am besten Dienste.

das

das ist das rechte Mas der Wärme eines jeden Fusbads. Erfolgt ein Schweis, so ist der Grad der Hize zu stark; da es sodenn Schaden verursacht, weil das Blut, durch die Hize ausgedent, Wallungen erregt, und die Säfte nach dem Haupte zu, getrieben werden. Kälte treibt aber solche auch gegen die obern Teile, indem durch dieselbe die Fäsergen und Gefäse der Füse zusammengezogen, und also die Säfte gegen besagte obern Teile, und gegen das Haupt hin, geprest werden. So bald die Füse aus dem Bad sind, so werden solche mit einem warmen Tuch abgetroknet, abgerieben, und das Bet unmittelbar darauf gesucht. 9) Personen, welche mit geschwollenen Füsen belästigt sind, oder die Fusbäder sonst von Natur nicht vertrager können, d. i. unangeneme Zufälle, als Schlaflosigkeit, Wallungen, Hitze 2c. darauf bekommen, müssen solche meiden; oder stat derselben, der Dampfbäder sich bedienen. Diese werden am besten auf fol-

---

9. Im Sommer, bei groser Hize, neme ich oft Fusbäder auf folgende Weise. Ich vermische Bachwasser mit etwas heisem Wasser, daß das Bad etwas weniger als milchlau wird, und stelle die Füse hinein. Nach etlichen Minuten schöpfe ich von dem gewärmten Wasser heraus, und schütte kaltes Bachwasser nach; und dieses tue ich so lang, bis das Bad ganz kalt ist. Diese Fusbäder finde ich ser zuträglich. Sie verursachen keine unangeneme Empfindungen, und widrige Wirkungen, dergleichen kalte Bäder, in die man die Füse sogleich hineinstelt, durch die schnelle Veränderung, bisweilen hervorbringen: dämpfen die Hize, stärken die Gefäse, und befördern die Ruhe in der Nacht, in welcher man sie nam, nebst gutem Schlaf; dessen man auf warme Fusbäder, bei groser Hize, nicht allemal theilhaftig wird.

gende Weise bereitet: man legt in das Badgeschir entweder einen diken Kloz, oder 2mal 2 über einander liegende dike Bakſteine, um die Füse drauf sezen zu können (deswegen solche auch vor dem Gebrauch erst recht warm gemacht werden müssen, um, weder die Füse noch das dämpfende Wasser, kalt zu machen.) Jezt wird so viel siedendes Wasser in das Badgeschir gegossen, daß es bis an-, oder etwas über die Helfte des hineingelegten Klozes oder der Bakſteine, herauf rage. Man sezt nun die Füse drauf, und umgibt solche ringsum mit einem zusammengelegten 10) Leilach, oder anderer grosen Leinwand; damit die heisen Dämpfe nicht verloren gehen, sondern blos an Füse, Beine und Schenkel geleitet werden. Wird das Wasser kalt; so giest man heises nach: schöpft auch wol erst einen Teil des kalt gewordenen heraus, um dem neu hineingegossenen heisen Plaz zu machen. Auch in die Nase öfters warmes-, am besten kaltes Wasser zu ziehen, ist von groser Wichtigkeit. Aller Schleim, und andere in den Nasenhölen sich gesammelte stokende, und faulende Unreinigkeiten, werden dadurch verdünt, aufgelöst, abgewaschen, und auf solche Weise die Nase recht gereinigt; zugleich aber auch durch das kalte Wasser die Häute, Nerven, und andere nahe angelegene Teile, sonderlich das Gehirn, ja der ganze Körper, erfrischt und gestärkt; so, daß man sich ordentlicherweise recht munter, lebhaft und erquikt darauf befindet. Man gewönt sich hiedurch eher an die kalte Luft, lernt auch solche besser vertragen. Man beugt dadurch manchen Krankheiten vor, als Schnuppen, Catharrh und an-

---

10 Dieses Leilach, oder grose Tuch mus solchergestalt zusammen gelegt werden, daß die Enden davon zwar vorne, aber nicht hinterwärts, zusammengehen. Sonsten fårt es zuweilen auf, und kan nicht sogleich wieder zusammen gemacht werden. Daher Gefar einer Verkältung entsteht ꝛc.

dern Flüssen, Flusfiebern, u. s. w.; und durch Loswaschung der Unreinigkeiten wird mancher, bereits schon gegenwärtig seiende, üble Zufal, z. E. das Triefen der Nase, welches so oft von dem Reiz des Tobaks seinen Ursprung nimt, ja auch sogar der anfangende Beinfras &c gemildert, oder gänzlich gehoben. Schade! daß so wenig Menschen sich entschliesen können, dieses heilsame Mittel in ordentlichen Gebrauch zu ziehen; weil sonderlich im Anfang, das eingeschnupfte Wasser gemeiniglich eine äuserst unangeneme Empfindung oft in der Nase, zu erregen pflegt; welche aber von Tag zu Tag sich vermindert, und nach einiger Zeit sich gänzlich verliert, wenn man nur standhaft bleibt, und keinen Tag aussezt. Um sich daran zu gewönen; so schnuppe man anfänglich das Wasser nicht alzu hoch hinauf: neme erstlich auch kein anders, als lau oder warmes zum Gebrauch, bis man es dahin gebracht hat, daß beim Einschnupfen keine-, oder wenig unangeneme Empfindung mehr verspürt wird: (denn das frische Wasser fält anfänglich durch seine Kälte fast unerträglich auf); man lasse diese unangeneme Empfindung gänzlich vorbei gehen, und schnuppe sodenn das Wasser abermals-, und so des Tags über etlichemal und allezeit verschiedentlich hintereinander, ein: so wird man sich bald daran gewönt haben. Hat man es nun so weit gebracht, daß das warme Wasser ohne alle, wenigstens ohne viele Unbequemlichkeit, in der Nase gedultet werden kan; alsdenn lasse man das warme Wasser (welches die Nasenhäute mit der Zeit erschlafen mögte) gänzlich weg, und bediene sich dagegen des kalten (im Winter, wenigstens anfänglich, in einem warmen Zimmer): und man wird unstreitig nach und nach das frische eiskalte Wasser allem übrigen vorziehen; sowol in Ansehung der erquikenden Empfindung, als des Nuzens wegen, indem dieses durch seine Kälte am meisten stärkt und erfrischt: ja man wird es endlich dergestalt gewont werden, daß man kein an-

ders, als das kälteste Wasser dulden kan; und eher kaum zu essen oder zu trinken im Stande ist; bis, nebst dem Mund, auch die Nase ausgespület worden.

Auch das Auskämen der Hare, sonderlich mit einem engen Kam, ist ein Hauptpunkt der Reinlichkeit, und von grosem Nuzen für die Gesundheit. Die Unreinigkeiten werden durch den Kam abgeschabt, die Schweislöcher eröfnet, die Ausdünstung befördert; durch den Reiz des Kams auch ein lebhafterer Umlauf der Säfte im Kopf verursacht. Heftiges schmerzhaftes Kämen und Rupfen hingegen ist, wegen seines alzustarken Reizes, und des dadurch erregten stärkern Triebs gegen das Haupt, ser schädlich. Nicht minder auch das, seit einiger Zeit, gewönliche Abscheren der Hare, alzugenau am Haupt, wodurch zu dessen und des Gehirns Erkältung, Gelegenheit gegeben-, und zu vielen Uebeln der Weg gebant wird. Um so mehr, weil das Gehirn, als ein äuserst zartes Eingeweid, durch Kälte leicht Schaden nimt, und der solches einschliesende Schädel, wegen seiner Dichtigkeit, einen hohen Grad, sowol von Hize als Kälte, anzunemen fähig ist. Gott hat uns unstreitig nicht ohne wichtige Ursache den stärksten, den längsten und dichtesten Harwuchs, auf das Haupt, gegeben. Wir meistern die weise Einrichtung des Höchsten, durch Beraubung dieser, uns so nötigen natürlichen, warmen Deke des Haupts und Gehirns. Dieses rechtfertigt aber die schädliche Gewonheit, Tag und Nacht mit einem emballirten Kopf herum zu wandeln, durchaus nicht. Vielmehr hat derjenige, welcher sich angewönt, im blosen, oder nur mit einer leichten Bedekung versehenen Kopf, zu leben und zu wachen, auch wol zu schlafen (welches leztere einer der grösten Potentaten von jeher zu tun gewont gewesen, aber auch bis in sein hohes Alter, sich meistens einer jugentlichen Munterkeit zu erfreuen hatte), ein groses Hülfsmittel, vielen, sonderlich Hauptkrankheiten, als Schnuppen, Schlag rc vorzubeu-

zubeugen. Man mus sich aber, besonders, bei meren Jaren, mit Vorsicht, und nur nach und nach, daran zu gewönen suchen. Beim Aufenthalt in groser Kälte z. E. auf Reisen im kalten Winter, verstehet sich eine gute Bedekung, wie des ganzen Körpers, so besonders des Haupts, von selbsten. Aber für ordentlich eine Pelzmüze (auch im Sommer) im Haus zu tragen, ist allemal schädlich. Der Kopf wird zu warm gehalten, dadurch geschwächt. Das Blut nebst den andern Säften, bewegen sich demnach um so stärker gegen das Haupt zu, und verursachen dadurch grosen Schaden. Ueberdis ziehen sich auch alle, von dem Menschen ausdünstende und sonstige, so subtile als grobe, überhaupt schädliche, Unreinigkeiten, vorzüglich in die Pelzwaren, und bleiben in solchen auf das stärkste kleben. Wie unrein, wie beschmuzt und ekelhaft sieht nicht eine Pelzmüze aus, wenn sie auch nur eine kurze zeitlang ist getragen worden? Nächst dem kan eine dergleichen Müze niemalen ausgewaschen-, oder auf andere Weise, wie die übrigen Müzen, gereinigt werden. Die in derselben hängen gebliebene Unreinigkeiten, verhindern nicht nur die fernere Ausdünstung schädlicher Teile (welche doch durch die Wärme der Pelzmüze verstärkt wird); sondern es wird noch oben drein dieser, in besagter Müze bereits befindliche-, und durch die Länge der Zeit weit schärfer und schädlicher gewordene Unrat, durch unsere einsaugende Gefäse, in den Kopf wieder zurükgefürt, und dadurch zu manchen-, sonderlich Hauptübeln, als Kopfweh, Schwindel, Schlag rc Gelegenheit gegeben. Durch nichts werden die anstekenden Krankheiten, besonders die fürchterlichste derselben, die Pest, leichter und geschwinder, auch in die entfernsten Gegenden, verbreitet, als mittelst inficirter 11) Pelzwaren. Billig solte demnach das Tragen der Pelzmüzen, ausgenom-

11) Mit Briefen, und Waren wurde die Pest von Alexandrien nach Marseille geschikt.

men auf Reisen, und sonst beim Ausgehen in die kalte Luft, allen-, sonderlich dem gemeinen Mann, gänzlich untersagt werden. Wenigstens solten sich die Herrn Geistliche ein Geschäft daraus machen, ihre Zuhörer auf dem Land hierüber zu beleren, und diese Pelzmüzen vor der Hand bei den Schulknaben abbringen. Diese würden die Warnung ihres Selsorgers am ersten annemen, und ihren Eltern anliegen, ihnen keine weiter anzuschaffen.

Man neme niemalen alzuviele Speisen auf einmal zu sich. Der Magen darf nach der Malzeit keineswegs beschwert sein, das Gesicht nicht übermäsig rot-, noch der Körper träg und schläfrig werden. Man hört am besten schon auf, ehe der Appetit gänzlich, und zum Uebermas, gestilt worden. Vielerlei untereinander zu essen, ist äuserst schädlich; weil eine jede besondere Speise, auch eine besondere Wirkung der Verdauungskräfte erfordert, und, mit den andern vermischt, zuweilen in eine Gärung übergeht; welche den Magen beschwert, viele Säure und andere Unreinigkeiten zurükläst und dessen Verdauungskraft schwächt. Warum lebten die Altväter so lange? Hauptsächlich auch wegen ihrer einfachen Kost. 12) Durchlebt jemand eine auserordentliche Anzal von Jaren, so ist der Schlus sicherlich, auf seine einfache Kost, Lebensart und ruhiges Gemüt, zu machen. Mit heitern, von unangenemen Gemütsbewegungen, als Kummer und Sorgen, freiem Gemüt, seze man sich zu Tisch;

---

12 Auch deswegen, weil sie von denen hizigen Gewürzen nichts wusten, oder nichts wissen wolten. Ein alter Theolog drükte sich hierüber folgendergestalt gegen mich aus: "Das Gewürz hat in Europa das menschliche Geschlecht vorjezo am Leib eben so geschwächt; wie Adams Fal alle Menschen zum Guten."

und

und hüte sich auch, unmittelbar nach der Malzeit, für solchen, wie für aller Geistes Anstrengung, als einem Gift. Bei minderer Leibesbewegung speise man weniger; auch nur leicht verdauliche Sachen.

Kauen der Speisen, langes Kauen derselben, ist halbe Verdauung. Der Magen hat keine Zäne. Was demnach zu hart und zu zäh ist, um zwischen den Zänen zermalmt zu werden; das wird der Magen, eine-, gegen Kinbaken und Zäne, so schwache und zarte Maschine, noch weit weniger zu bezwingen im Stande sein. Es ist also am besten getan, wenn dasjenige von Speisen, das wegen seiner Zähigkeit oder Härte, zwischen den Zänen nicht zermalmt werden kan, wieder aus den Mund auf den Teller unvermerkt-, um keinen Ekel zu erregen, zurükgelegt-; oder, welches am besten, gar nicht genossen wird. Man speise Mittags und Abends bei Zeiten, z. E. um 11 und 6; und bleibe, nach genossenem Abendessen, wenigstens noch 2 bis 3 Stunden auf; damit beim Betgehen die Verdauung schon meistens vollendet sein möge; um einen ruhigen Schlaf zu geniesen; welches bei einem vollen Magen nicht wol möglich ist. Denn dieser drükt alle umliegende Teile, auch die unter ihm befindlichen grosen Blutgefäse, hemt den Umlauf des Bluts und anderer Säfte dergestalt, daß solche um so stärker nach dem Kopf zu gehen, wie aus der Röte des Antlizes abzunemen; macht hiedurch, und durch die verhinderte Bewegung des Zwergfels, das Otemholen beschwerlich, einen sehr unruhigen Schlaf, und viele schwere Träume. Abends sollen jederzeit weniger, denn Mittags, auch dabei minder feste Speisen, genossen werden, z. E. nur eine Suppe, gekochtes Obst, Brei, und ist der Brei aus einem z. E. auf dem Ofen, im Bakofen, in der Wärme, wol getrokneten Mel, bis zu einer recht diken Haut eingekocht, dem von Semmelmel, weit vorzuziehen. Bereits vor etlichen 20 Jaren, hat mich meine eigene Erfarung gelert, daß das Semmel-

mel die Milch entweder sogleich gerinnend mache; oder doch wenigstens dem Kind, welches solchen geniest, Grimmen, Blähungen, aufgetriebenen Leib, und Schreien errege. Nichts, oder wenig, ist zu Abend zu speisen, wobei die Zäne viel zu tun finden. Denn Abends ist der Körper onehin mat, keine Bewegung mehr dienlich oder möglich; und also geht die Verdauung zu solcher spaten Zeit minder gut von statten, als Mittags. Diejenigen, welche zu Kopfübeln, als Schlag rc geneigt-, oder sonsten schwach und kränklich sind, müssen sich auf die Beobachtung dieser Regel besonders einschrenken. Kein vom Schlag gerürter, oder stark dazu geneigter, sol Abends speisen. Mittags aber ist, ausgenommen bei grosen Krank- oder Schwachheiten, jederzeit etwas solches zu geniesen, woran der Magen seine Kräfte üben kan. Widrigenfals wird derselbe solche immermehr verlieren, und beständig schwächer werden; so daß endlich ein dergleichen Magen, auch eine blose Suppe nicht mehr gehörig zu verdauen im Stand ist, und sogar durch deren Genus häufige Blähungen erregt werden. Alle Glieder, welche nicht in beständiger Uebung sind, werden endlich schwach, kraftlos und untüchtig, ihr Amt gehörig zu verrichten. Warum ist die linke Hand gemeiniglich unbeholfener, schwächlicher, und in ihren Muskeln und Beinen sogar, zarter und kleiner, als die rechte? Blos, weil man sich insgemein angewönt, die rechte fast ganz allein zu brauchen. Warum ist der Bauer ordentlicherweise so vierschrötig und stark; wie am ganzen Körper, so besonders an einen Schuh breit, und diken colossalischen Händen? Der Gelerte, und verzärtelte hingegen so elend, so schwach? Jener arbeitet mit seinem Körper, dieser mit der Sele. Welch ungeheuer-grosen und fleischigen Magen hat eine, harte körnerfressende, Gans! Diese nemliche Gans sol nur 14 Tage lang mit weichen Nudeln aus Taig gefütert-, oder damit gestopft werden; so hat der Magen, in dieser

kurzen Zeit, mehr, als um das Dritteil seines Gewichts verloren, und ist gänzlich eingeschrumpft. So viel komt darauf an, den Magen in beständiger Uebung zu erhalten, damit man nicht in Gefar gerate, solchen beinahe gänzlich zu verlieren. Wie viel wird gegen diese Regel von Aerzten, die nichts, als weiche oder leicht verdauliche Speisen ordnen; von Kranken, und auch von Gesunden-, aber verzärtelten Personen, welche keine andere, als dergleichen Speisen, geniesen wollen, zum grosen Schaden der Gesundheit, gesündiget? Nirgends findet die goldene Regel Sirachs: prüfe, was deinem Leib gesund ist, mehr Plaz, als beim Essen und Trinken. So kenne ich einen angesehenen Geistlichen, äuserst empfindlichen Magens und Temperaments. Dieser speist sein Stük Schinken ohne alle Ungemächlichkeit: aber das zarte Kalbfleisch verursacht ihm meistens Inkommoditäten. So können manche keine Zwiebeln, Erdbere, Käs ꝛc vertragen. Jederman habe demnach auf sich selbsten fleisig Acht, welche Speisen und Getränk ihm vorzüglich wol bekommen, oder auch nicht behagen.

Man neme niemalen alzuheises Getränk, noch weniger dergleichen Speisen, zu sich. 13) Alle festen Teile werden dadurch schlaf gemacht, wo nicht gar verbrant, also auch Magen und Eingeweide; und können demnach ihr Amt nicht gehörig volfüren. Diesemnach leidet die Verdauung, die Abscheidung des Rohen, Groben. Wir bekommen schlechte Narungssäfte. Da-

---

13 Sie schaden auch den Zänen. Die Bauern haben ihre weise Zäne grösstenteils der Gewonheit zu verdanken, daß sie ihre Speisen nicht eher, als bis sie abgekült sind, zu sich nemen Das Vieh, wie die Hunde, haben gemeiniglich weisere Zäne, als ihre Herren: weil sie nichts heises oder sehr warmes fressen.

her

her entspringen so viele kränkliche Zufälle; sonderlich beim Frauenzimmer, dessen feste Teile onehin von Natur schwach und schlaf sind, z. E. Aufgedunsenheit des ganzen Leibs, Vapeurs rc. Die Natur treibt uns mehr zum Genus des Kalten an. Wir sehen solches am Vieh, welches für allen warmen Narungsmitteln, wenn es erwachsen ist, einen Abscheu bezeigt; an den wilden Völkern; an unsern alten Vorfaren. Und welche Gröse, welche Stärke hatten diese leztern, gegen uns betrachtet! Die Vorfaren waren Riesen, die Nachkommen sind meistens Zwerge. Die warmen Getränke, sonderlich Caffe und Thee, haben, durch ihren algemeinen Misbrauch, unsäglichen Schaden angerichtet.

Alzuvieles Saure, (sonderlich bei Personen, welche mit vieler Säure, saurem Aufstosen, und langwürigen Krankheiten, geplagt sind), scharfgesalzene oder gewürzte, oder auch zu viele Fleischspeisen, sonderlich von altem Vieh, Schweinen und Wildpret, und daraus zubereitete Gerichte, als Würste rc, sind verbotten. Fleischspeisen vorzüglich, hizen und erfüllen den Körper mit vielen, zur Fäulnis geneigten, Säften; und solten deswegen im Sommer, bei groser Hize, sparsam genosen werden. In den heisen Ländern des Orients, ist dieses eine, durch die Natur, oder durch die Religion und uralte Ueberlieferungen eingefürte Diät; welche auch Moses bei seinem Volk durch verschiedene Einrichtungen begünstigte, daß die Einwoner nur wenig Fleisch geniesen-, und sich an vegetabilische Speisen halten solten. Die Hize sezt ihnen aber auch weniger zu. Da im Gegenteil unsre-, aus kältern Ländern dahinkommende, Europäer, die sich an eine solche magere Lebensart nicht gewönen können oder wollen, und bei ihren Fleischmalzeiten bleiben, von der Hize mehr auszustehen haben, und häufig in hizige Krankheiten fallen. Besonders erzeugt das Wildpret (dessen wildender Geruch und Geschmak (fumet) eigentlich nichts minders, denn

eine anfangende Fäulnis vorstelt) solche zur Fäulnis geneigte Säfte in gröster Menge. Daher man das Wild nie anders, als mit dem Gegengift der Fäulnis, dem Esig, zubereitet, auf die Tafel bringen-, und nur solchen Personen hauptsächlich zu speisen erlauben solte, welche eine mehr sizende Lebensart füren, oder von der Säure geplagt werden. Zu den Braten, dem Wildpret besonders, werden Salate mit Nuzen aufgetischt. Die algemeine Regel ist dabei: die Salate müssen nicht zu alt, sondern noch jung sein, sowol der Gesundheit, als des guten Geschmaks wegen. Sodenn auch müssen solche mit Esig und reinem Baum; oder Provenceröl dergestalt zubereitet werden, daß man Salz, Esig und Oel in ein Arznei- oder ander Glas, zusammenfülle, und alsdenn solang umschüttele, bis nicht ein Tropfen von Oel mehr auf dem Esig zu sehen, sondern alles in eine gelbe und undurchsichtige Masse verwandelt worden sei. Alsdenn erst leidet der Magen keinen Schaden davon, sondern es gibt ein gutes-, den Urin treibendes, Mittel ab; indem durch diese genaue Vereinigung, die Schärfe des Esigs durch das Oel, dieses leztern seine Zähigkeit hingegen durch des Esigs flüsige Schärfe, so gut temperirt wird, daß solche dergestalt, in einen dritten Körper vereinigt, ein, der Gesundheit sehr zuträgliches, urintreibendes Mittel abgeben; denn wenn sich auch gleich, nach dieser Vermischung, Oel und Esig in etwas wieder scheiden; so geschiehet es doch niemals volkommen: welches auch aus der trüben Farbe des Esigs erhellet. 14) Die gesundesten

---

14 Diese Erscheinungen erfolgen wol deswegen, weil einige der Bestandteile des Oel und Esigs eine chymische Verwandschaft haben, die einander anziehen, oder auflösen, und ein drittes flüsiges bilden. So könte der Esig wol einige Bestandteile des Oels auflösen,

Sala-

Salate werden aus Borrago, Endivi, jungen zarten Wegwarten-, oder Pfafenrörleinsblätern, Mausörlein oder Schafmäulgen, (dem weit wolschmekendern auf dem Feld-, wildwachsenden) besonders Brunnen-Gartenkres, Bachbunen, ordentlichem Gartensalat, Spargel, Celeri, Rapünzgen; und Wegwartenwurzel, Gurken, (welche aber ihres Safts durch Auspresen nicht alzusehr beraubt-, und wol gepfeffert sein müssen), Erdäpfeln, und dem kleinen Gänseblümleinkraut, am besten zubereitet. Im Winter ersezen uns solche die eingemachten roten Rüben, Esig-, oder Salzgurken, der Kerbel, Kres, Senf, Merrettig. Bede leztere sind besonders vortreflich, als Gewürze, den Schleim aufzulösen, und die Verdauung zu befördern. Schwindel und übles Gehör, von schlechter Verdauung und Verschleimung herrürend, sind vom Senfmel allein, täglich Früh zu 1 Quintgen genommen, gänzlich gehoben worden. Besonders bekomt das Gänseblümleinkraut, als Salat mit Esig und Oel genosen, denenjenigen Unglüklichen wol, welche sich durch einen schnellen kalten Trunk in der Hize, Schaden getan haben: indem es meist allen übeln Folgen kräftig vorbeuget. Aus eingemachten Bonen, oder Kol zugerichtet, ist der Salat minder zuträglich.

Das beste Fleisch ist überhaupt von jungem Vieh, als Kälbern, Lämmern, jungen Hünern 2c, indem solches der Fäulnis länger widersteht. Aber auch dieses sol, ehe es zum Speisen zubereitet wird, vorher wol geklopft-, und dadurch mürb gemacht werden, wo es ohne Zermalmung der Knochen geschehen kan. Die Brühen sind alsdenn kräftiger, und das Kauen geschieht in der Helfte der Zeit. Alles Kochen des Flei-

und dieses Produkt erhielte sonach die specifische Schwere des Esigs, und umgekert das Oel. Die Beimischung fremder; oder neu erzeugter dritter Materie macht also das Trübe.

sches, ist in wol zugedekten- und ja keinen metallenen Gefäsen, (die eisernen, und recht wol verzinten ausgenommen) zu verrichten, damit das beste nicht verrauche, und die Speisen aus den kupfernen, meßingen-, oder metallenen Geschirren, keinen, der Gesundheit so nachteiligen, Grünspan, herausziehen mögen. Das Rind- und andere Fleisch von erwachsenen Tieren mus, damit es gleich in Sud komt, und bald gar wird, mit siedendem Wasser zugesezt, und blos siedendes Wasser nachgegossen werden. Der Topf darf nicht zu gros seyn, denn in zu vieler Brüh, oder auch wenn die Fleischbrüh abgegosen, und Wasser nachgeschüttet wird, sieden die narhaftesten Teilchen bei nahe gänzlich heraus; und der Geschmak gibt es schon, daß der Magen, von einer solchen kraftlosen Speise, keine zuträgliche Narung erhält. Bei dem Kalb- und Fleisch von andern jungen Tieren, welches so viel zarter ist, und also um desto eher ausgekocht werden kan, ist die Vorschrift noch weit nötiger; daß man es nicht mit viel Wasser koche, aber so bald als möglich, gar mache. Auch das Geflügel sol den Abend vorher, ehe es zubereitet wird, schon abgetan werden. Es hat sodenn einen bessern Geschmak, ist mürber und der Gesundheit zuträglicher; als wenn es noch warm, (palpitantibus artubus) in den Tigel, oder an den Spies komt. Das Noachitische Gesez; kein Fleisch, das noch lebt, in seinem Blut zu essen, halte ich für eine diätetische Vorschrift. Daß man in manchen Häusern, wo sonst gut gekocht wird, das Geflügel zäh, und von strengem Geschmak findet, rürt vielleicht blos daher, daß es vom Schlachtmesser weg, kaum abgekült, zum Feuer kommt. Auch ein gut Pökel- und geräuchertes Fleisch, wenn solches nicht gar zu fet, ist der Gesundheit durchaus nicht nachteilig: eher zuträglich, wenn es nicht in übermäsiger Menge, oder alzuoft, genosen wird. Es ist vieler ungesunden Teile, welche in der Salzlake zurükbleiben, beraubt; und durch Salz und Rauch wird solches mürber, verdaulicher; und verursacht nicht nur keine-, sondern widersteht

auch

auch einigermasen der faulenden Gärung: und unsere Säfte, die aus dem Magen besonders, dringen weit leichter in solches ein; wodurch die Verdauung auch noch mehr befördert wird.

Kräuter-, und Wurzelwerk z. E. Celeri, brauner- oder blauer Kol, Endivi, Kerbelkraut, Petersilien, Scorzonere, Haberwurz, gelbe- weise Rüben, Sauerampfer, Porrus rc sind jederzeit zugleich mit zu kochen. Man brate nicht mit Buter zähe, rohe, ungegorne, fette, mit vielen Eiern zubereitete, nicht recht ausgebakene Melspeisen; als Klöse, Hefenklöse, Nudel, Dampfnudel, Spazen, Wasserschnitten. Kuchen, Bläze, Wassernudeln, Fetgebakenes, z. E. Torten, Pasteten rc, sonderlich deren bläterige Cruste, zähe-, mit Mel oder zähen Getreidefrüchten, dikgekochte Breie, sind schädlich, verdiken das Blut, und erfüllen den Unterleib mit Cruditäten. So auch Erbsen, Linsen, Bonen, Castanien, Nüse, nebst andern getrokneten Hülsenfrüchten. Ein-, etliche Tage altes Brod, dessen Brosam, beim Zerreiben, in kleine Stüken zerfält, ist jederzeit gesünder, und dem neugebakenen weit vorzuziehen, von welchem blos die obere-, oder auch untere, reingemachte Rinde, zu geniesen ist. Diejenigen, welche sehr zur Säure geneigt sind, müssen sich auch blos an die Rinde halten; als welche lang nicht so viel Saures enthält, wie die Brosamen; aus denen, wenn sie angefeuchtet, an einen warmen Ort gestelt werden, bald eine äzende Säure sich erzeugt. Die frische Brosam gehet zwischen den Fingern in einen zähen Kleister zusammen. Und eben dieses geschieht auch in Magen. Seine wurmförmige Bewegung drükt die onehin feuchte-, noch halb taigige Brosamen, in eine zähe klebrige Masse zusammen. Der Magensaft ist nicht vermögend hineinzudringen; also beschwert das neue Brod, bei zärtlichen Personen besonders, den Magen: das aus unreifem, schlecht gesäuberten Korn bereitete, nicht ausgegorne oder ausgebakene taigige

Brod

Brod, noch mehr. Alles fette, auch fettes Schweinen-, Hammel-, Gans-, Endenfleisch, ist schädlich. Als Fet betrachtet, schwächt es die Häute des Magens eben so, wie die lederne Stiefel davon weich, und wie man zu sprechen pflegt, geschlacht wird. Es verhindert den Ausflus des Magensafts, indem das Fet sich vor dessen Ausgänge fest anlegt; und verderbt auch überdis, durch seine Zähigkeit und Korruption, die schon im Magen befindlichen Säfte. Der Magen kan dem Fet nichts weiter anhaben, als es schmelzen. Bleibt nun solches über die Zeit in demselben; so wird es ranzigt, das ist faul und scharf, weit abscheulicher und ärger, als sonst ein tierischer Teil. Hart gesotene Eier taugen auch nichts. Käse sind dem Magen eines schwachen oder kranken, auch nicht allemal, zuträglich; und dem siechen ist kaum etwas schädlicher, als ein alter scharf gewordener Käs. 15) Die frischen Holländi-

---

15 Man erinnere sich, daß hier blos von schwächlichen, kränklichen Personen die Rede ist. Ich weis gar wol, daß der Käs für manche Nationen einen Hauptzweig ihrer Narungsmittel vorstelt z. E. für die Schweizer, Lapländer ꝛc. Aber dieser ihr Käs ist ganz was anders, denn unser alter sogenanter Schmierkäs. Ich kenne zwar einen angesehenen Man, welcher mir behaupten wil, daß der Schmierkäs eine Magenstärkung vor ihn abgebe. Es lebte aber auch in Halle ein Man, welcher zur Verlängerung seines Lebens, täglich eine Portion Mausgift, zu sich nam. Es ist mir auch nicht unbewust, daß ein gewiser berümter Man, den, besonders etwas alternden, Käs, unter die verdauungsbefördernden Mittel rechnet. Allein man bedenke, was für Käse in dem Land, wo dieser Man wont, gewönlich verspeist werden. Von unsern Schmierkäs, weis man dorten nichts.

schen, Limberger-, sonderlich Schweizer-, Parmesan, und andere, nach solcher Art verfertigte, leiden aber doch hier eine Ausnam.

Viel Buter-, und Zukergebakenes taugt gleichfals nicht. Aber Zuker und Honig, sich selbst gelassen, sind sehr zuträglich, und gehören zu den vortreflichsten-, der Fäulnis und dem Scharbok wiederstehenden-, die diken-, schwarzgalligten Säfte auflösenden, Mitteln. Seitdem der Zuker in so algemeinen Gebrauch gekommen; so gehören Aussaz und Pest unter die seltensten Krankheiten. Nur in dem Fal schaden solche, wenn der Magen, die Gedärme, nebst dem Blut, mit vielen sauern Unreinigkeiten bereits angefült sind: weil Zuker und Honig bederseits selbst eine äuserst scharfe Säure in sich enthalten: denn der rohe Zukersaft fermentirt, binnen 24 Stunden, zum schärfsten Esig. Honig ist inzwischen ordentlich die Quintessenz der heilsamsten Kräuter. Sehr grose und alte Fische, sind noch undienlicher, denn Fleisch; sie gehen auch weit eher, als das Fleisch selbsten, in Fäulnis über. Krebse sind ebenfals hart zu verdauen, und enthalten noch überdis eine ziemliche Schärfe in sich. Kleinere Fische, welche nicht schleimig, besonders Grundeln, Forellen, Hechte, Barsen, sind besser, als die zähen Seefische, Stokfische, Laberdan, und als die fetten Karpfen, und Aale. Austern und frische Heringe sind auch vortreflich. Man esse solche, die sich dazu schiken, hauptsächlich, wie das Wildpret, mit Esig; um der geschwinden Fäulnis vorzubeugen. Gekocht, gebraten, gedörtes Obst ist dem rohen vorzuziehen. Da solches wenigstens drei Viertel von seiner, Blähungen erregenden, Luft, durch das Dörren, Braten und Kochen, verloren hat; also auch leichter verdaut werden kan, ohne so viele Blähungen mehr zu erregen. Die zarten, saftigen Sommerfrüchte; als recht zeitige Kirschen, Erd-, Preisel-, Himberen, Trauben, Zwetschgen, Pflaumen, enthalten auch weniger Luft; und sind, recht

reif,

reif, (wie alles zu speisende Obst sein sol, weil iedes unreife schädlich ist) und mäsig genosen, so undienlich nicht; ia vielmehr sind solche der Gesundheit sehr zuträglich. Aber nicht nur recht zeitig-, sondern auch von Insekten wol gesäubert müssen solche genosen werden; indem sie sonsten, die Erdberen besonders, leichtlich gar üble Zufälle, vorzüglich Nervenumstände, veranlassen. Es wird aber dergleichen Obst am besten, bei lerem Magen, Früh und Nachmittags: mit minderer Wirkung hingegen, bei-, oder nach Tisch, genosen. Kein Obst aber enthält fast mehr Luft, als der Apfel, aus welchem man beinahe, in einer Stunde, unter der Luftpumpe, nicht alle Luft, auszupumpen vermag; und die einen, wol 48 mal grösern Raum, einnimt, als der Umfang des Apfels selbst beträgt. Es ist demnach, am spaten Abend besonders, schädlich, viel dergleichen rohes Obst zu geniesen.

Bei phlegmatischen, zu Blähungen und Bauchflüssen geneigten Personen, bei schwachen, reizbaren Magen, bei saurem Aufstosen und wäsrigem Blut, schaden die meisten Gemüse, sonderlich Spinat, Laktuken nebst den Obst; als welche erstere bede, unter allen Gattungen von Gemüsen, die vorzüglichsten Arzneikräfte besizen. Hingegen bei strafen Fäsergen, und Ueberflus an Galle, sind solche vortreflich. Skorzonere, Haberwurzeln, iunger Hopfen, Rapunzen, gelbe Rüben, Gersten-, Reis-, Haberschleim, Kerbelkraut, gehen in allen Fällen an. Je jünger und zärter die Gemüse; desto leichter sind solche auch zu verdauen. Sämtliche sol man recht stark kochen, aber entweder gar nicht, oder wenigstens nicht alzusehr, abbrühen; sodenn auch nicht mit vielem Gewürz und Fet gar machen. Spinat, Endivi, Mangold, Artischoken, Löwenzankraut, iunge Brenneseln, Mausörlein, weise Gartenmelde, brauner-, Blumen-, Schnit-, und anderer zarter Kol, Laktuk, Rapunzen, Spargel, Hopfensprosen, Cichorienkraut, Brunnenkres,

Portulak, Borrago, Gurken, Sauerampfer mit Fleischbrüh gekocht; frischer Pastinat, Zuker-, Eichorien-, Skorzonere-, Haber-, Celeri- Petersilienwurz. 16) Kartoffeln, rote-, gelbe Rüben-, junge weise Rüben, junge Kolraben und Erdkolraben, (derer lezterer zukerhafter Geschmak ein Beweis ihrer Zuträglichkeit ist, und die vielleicht deshalb wenig geachtet werden, weil der Bauer solche auch auf seinen Tisch sezt) ordentlicher Salat, kleines Gänseblümleinkraut, geben die besten Zugemüse, und einige darunter auch die besten Salate, ab. Grüne Erbsen, Wirsing, Brokoli hingegen sind für einen schwachen Magen undienlich; wie Zwiebeln und Rettig für einen sehr reizbaren. Reis,

---

16 Es sind Erdäpfel, oder Kartofeln keine so hart zu verdauende Speise, als man sich insgemein, nach ihrer Schwere und Wachsthum unter der Erde, einbildet. Nein! Vielmehr geben solche ein recht leicht verdauliches Narungsmittel ab; sonderlich als Gemüs gekocht: nur nicht in Buter geröstet, oder sonst mit vielem Fet genosen. Sie sind aber in zweierlei Wasser zu kochen. Man sezt sie zuerst mit kaltem zum Feuer, läst solches etlichemal drüber aufwallen; gieſt alsdenn dieses übelriechend- und schmekende Wasser ab, schüttet dafür anders schon siedendes neuerdings drüber, und lässets mit diesem gar auskochen. Schädliche Getränke sind die unausgegornen, diken süsen Biere; alzuhäufig genosener, starker, oder wol gar verfälschter, Wein; und der, die fäsergen und sämtlichen festen Teile steifmachende, und die Säfte verdikende, Brandwein: besonders wenn er durch kupferne Rören abdestillirt-, und also noch oben drein durch Grünspan, vergiftet worden. Um solche, und andere starke Getränke, sich abzugewönen, hat man eine zwei-

Gerste,

Gerste, Haber, als Suppe genosen, sind sehr nüzlich. Sauerkraut ist, bei starker Bewegung und eben so beschafenem Magen, ganz zuträglich, wenn keine Säure im leztern. Wie gros ist dessen Nuzen, auf langen Sereisen, gegen Scharbok und andere Uebel. Alte Gemüse und Früchte taugen überhaupt wenig. Das beste ist daraus verflogen, das Grobe hingegen allein zurükblieben. Dahin rechne ich, unter andern die Bonen, Erbsen, Linsen, Schwämme (bei deren leztern Genus man onehin fast niemalen seines Lebens recht sicher ist), weises Kraut, alte weise Rüben, (diese leztere, wie Sauerkraut eingemacht, übertrefen leztere, in Ansehung der leichten Verdauung, sehr weit; und sind auch, in dieser Rüksicht, viel gesünder) Kolraben; auch Kastanien und Nüse. Dieses alles ist für kranke, zärtliche, schwache Menschen und Mägen, welche sich nicht viel Bewegung machen können, geschrieben. Ein gesunder starker Postillon oder Arbeiter, wird sich, bei den meisten verbotenen Speisen, besser befinden, als der kränkliche, verzärtelte, bei denen, erst vorgeschlagenen; welche mit seiner körper-

---

fache Methode ersonnen. Erstens durch Ekel erregende Mittel z. E. wenn man einen Aal im Getränk ersaufen läst, oder aber demselben den Brechweinstein beimischt; welches doch nur in solcher Menge geschehen mus, daß er wenig Brechen, aber desto mehr Ekel, errege. Zweitens durch folgende Behandlung: Man reinigt zuerst durch ein angemesenes Laxirmittel, Magen und Gedärme von ihren Unreinigkeiten, z. E. von Säure, Schleim, u. s. w. Sodenn bricht man dem zu kurirenden, vors erste, nur die Helfte seiner sonst gewönlichen Brandwein-, oder Weinportion, ab, und alle zwei bis drei Tage, noch etwas mehr; läst ihn aber, stat dessen, andere Magen-, und nervenstärkende Mittel, gebrauchen: z. E.

lichen Beschaffenheit in gleichem Verhältnis stehen. 17) Auch schwächliche Personen: Personen mit einem schwachen Magen, sollen sich der harten, sonst nicht alzuungesunden Narungsmittel, wozu sie ihr Appetit vorzüglich treibt, nicht gänzlich enthalten: können auch nach und nach, zur Vertrag- und Verdauung der härtesten Speisen, angewönt-, und tüchtig gemacht werden; wenn man, anfänglich besonders, nur ein par Bissen, und erstlich nicht alzuviel auf einmal davon speist, sodenn im Verfolg immer etwas mehr geniest, auch allezeit noch eher aufhört, als der Appetit völlig gestilt worden. Zweitens solches nur Mittags tut, damit man sich um so eher und bequemer, zur gehörigen Zeit, eine proportionirliche Motion drauf machen könne; und dabei den Magen nicht mit zu viel andern Speisen überlädt; damit der Magen seine Verdauungskräfte, nun vorzüglich auf diese genosene anzuwenden, in Stand gesezt werde. Auch vom Magen gilt das algemeine physikalische Gesez: Die Wirkung und Gegenwirkung sind einander gleich. Wirken harte Speisen stark in solchen; so ist auch des Magens Gegenwirkung um desto stärker: und also wird derselbe, bei einer harten Kost, auch immer in seiner Substanz robuster; und anbei nach und nach

---

Früh etliche geröstete-, in alten Wein getauchte-, und mit Gewürz, als Zimt, Muskaten u. s. w., bestreute, weise Brodschnitten-, vor dem Essen hingegen ein gut Magenelixir, nemen. Man seie aber unerbitlich, von dieser Regel im mindesten abzuweichen; sonst ist alles umsonst und verloren

17 Ueberhaupt werden die Menschen auch eingeteilt in solche, welche eine sizende; und in solche, welche eine arbeitsame, Lebensart füren. Für die leztern sind so gar viel Regeln nicht notwendig: sie sollen sich nur nicht mit einer alzugrosen Menge von Speisen überladen.

tüchti-

tüchtiger, auch die härtesten Speisen, ohne Ungemach und Beschwerde, zu verdauen.

Man trinkt entweder gar nichts, oder nur wenig (blos zum Anfeuchten und Verdünnen der Speisen) unter-; aber besser, erst eine Zeitlang nach dem Essen, und nur wenig auf einmal. Dieses bewirkt das Wasser am besten: denn dieses ist das einzige Narungsmittel, welches keiner Verdauung bedarf, und wirklich auch nicht verdaut wird; sondern, durch erwäntes Anfeuchten und Verdünnen der Speisen, die Verdauung selbst befördert. Man wartet am besten so lang, bis Durst entsteht, und der Speichel im Mund zähe wird. Ein laufend-, sonst gutes, Wasser, ist demnach der beste natürliche Trank; sonderlich bei solchen, die es gewont sind. Alle übrige Getränke, als Wein, Bier, (dieses besonders, wenn es unausgegoren, dik und süs ist,) und andere flüsige Sachen, wie die Milch, müssen sämtlich erst selbst verdaut werden, ehe solche den Körper zu ernären geschikt sind. In einem schwachen-, oder langsam digerirenden, Magen, gehen solche leicht in ihre natürliche Korruption über, verwandeln sich in, Esig, (daher das öfters unmittelbar auf den Genus dergleichen Getränks erfolgende saure Aufstosen), verderben die Verdauung um desto mehr, und erregen unter andern auch das so beschwerliche und, erst erwänte saure Aufstosen, und Sodbrennen. Aber nicht nur dadurch kan Wein und Bier Schaden, indem sie selbst verdauet werden müssen; sondern auch deswegen, weil sie die im Magen enthaltenen Speisen, durch ihre Vermischung mit solchen, nebst dem, zur Verdauung so nötigen, Magensaft, auch die Häute des Magens selbst, ungeschikt dazu machen; und durch ihren Reiz in den Magenhäuten, solche zu ungewönlichen krampfhaften Zusammenziehungen, also auch zu einer schlechten und widernatürlichen Digestion zwingen. Anfänglich ist freilich der Schaden nicht so sehr in die Augen fallend, und die Gewonheit macht viele auch schädliche Wirkungen,

unmerklich. Allein ein Reiz bleibt immer ein Reiz und starke Wirkung; auf welche, nach physischen Gesezen, allezeit eine eben so starke Gegenwirkung zu erwarten ist; wodurch die Lebenskräfte verschwendet-, die festen Teile des Körpers, vor der Zeit, abgenuzt-, und früzeitig steif und verhärtet-, die flüssigen hingegen alzubald verdorben-, und immerfort mit den hizigen und scharfen Teilen des Weins, auch des Biers, angefült werden. Ein Wassertrinker wird diesemnach auch, wärend der Malzeit, ohne Nachteil, ja mit Nuzen, zum Anfeuchten und zur Verdünnung der Speisen, sein gewontes Getränk zu sich nemen dörfen; da hingegen ein Wein-, und Biertrinker sich fast iederzeit der Gefar einer nachteiligen Wirkung aussezt. Ueberdem reizen auch Wein, Bier rc. Durch ihren annämlichen Geschmak zu mehrerem Trinken, als dienlich ist; und tun demnach auch in dieser Rüksicht der Verdauung Schaden. Der Wassertrinker lebt daher gewönlichermasen gesunder und länger, als der Wein- oder Biertrinker. Es ist war: man findet Wein-, und andre Säufer, die dabei alt werden. Sie würden aber unstreitig, als Wassertrinker, noch weit älter worden sein. Seitdem das starke Trinken aus der Mode komt; so leben auch Fürsten, und andere hohe und niedrige Personen, insgemein gesünder, und länger, denn ehehin. Bier giebt sonsten gute Narung, wenn solches wol abgelegen ist: aber Personen, welche zu Hauptübeln geneigt sind, müssen sich vor allem Bier, welches stark-, und mit vielem Hopfen zubereitet ist, hüten: weil solches den Kopf sehr angreift. Wein ist der Alten Milch. Ein wol abgelegener, ächter, reiner Wein, gibt bei Personen, so es gewont, und nicht viel zu Hauptübeln geneigt sind, die beste Stärkung ab. Für Wein hat auch das zarte Kind weniger Abscheu, als für dem Bier. Man gewöne sich nicht an zu vieles Trinken, noch weniger, an das alzustarke Hineinschütten auf einmal. Lezteres tut auch durch seine Erkältung, mehr Schaden. Bede aber dehnen den Magen und die sämtlichen

lichen

lichen Gefäse widernatürlich aus, drüken die in der Nähe liegenden Eingeweide und Gefäse zusammen, und schwächen solche äuserst. Daher sind die starken Trinker gemeiniglich elende Esser, und haben meistens ein übelgemischtes Blut. Trinkt man unter-, und nach dem Essen, wenig oder nichts; so verwendet der Magen seine Kräfte unmittelbar, einzig und allein, auf die zu verdauenden Speisen; die die Verdauung so sehr befördernden Säfte, der Speichel, Magensaft ꝛc ingleichen. Da sonst beider ihre Kraft meist verloren geht, indem der, durch vieles Getränk widernatürlich und alzustark ausgedehnte Magen, ganz und gar nicht, oder blos mittelbar, und sehr schwach, in die genosenen Speisen wirkt; auch die häufig zufliesende Säfte, stat in die Speisen einzudringen und solche verdauen zu helfen, in denen-, in Menge eingeschütteten, Getränken, sich verlieren. Daher die Speisen meist unverdaut, an diesem feucht- warmen Ort, eingeschlossen, in ihre natürliche Korruption übergehen; bald nach dem Essen, den Magen und den ganzen Unterleib aufblähen, saures und anderes Aufstosen, Mattig-, Schläfrigkeit, und mehrere üble Zufälle, erregen; einen rohen unverdauten Narungssaft, böses Blut nebst andern schlecht beschafenen Säften, erzeugen, und dadurch eine Sündflut von allerlei kränklichen Zufällen, im Körper hervorbringen. Nicht viel, sondern nur nach Proportion, genosenes und verdautes Getränk, wird ein gehörig verdüntes und gut gemischtes Blut erzeugen. Wie kan denn der ausgedente Magen in die Speisen, welche in ihm herumschwimmen, wirken, und solche verdauen? Ohngefär so viel Getränk, als die Masse der Speisen beträgt, oder nach Beschafenheit der Konstitution und des Temperamentes, Geschlechts u. s. w. etwas weniger, mögte die beste Proportion sein, 1-, 1 1/2-, bis 2 Mas höchstens des Tags. In der Hize plözlich kaltes zu trinken, und dadurch in Lunge, Herzen ꝛc alles Blut und Säfte mit einmal stokend und gerinnend zu machen, heist sich selbst ermorden. Hat man sich erhizt, so esse

man vorher etwas Brod, spüle den Mund etlichemal mit frischem Wasser aus, halte solches eine Zeitlang in demselben, wasche Hände, und Gesicht damit behutsam ab, warte wenigstens eine Viertelstunde, und trinke hernach recht gemach und langsam; so wird es gewis nicht schaden.

Schnupf- und Rauchtobak sind Arzneien, und keine Narungsmittel. Wer an solche nicht gewönt ist, sol sich derselben auch enthalten; im andern Fal aber nur mäsigen Gebrauch davon machen. Tobak ist eigentlich aus 2 giftartigen Bestandteilen zusammengesezt. Er erregt bei ungewonten Erbrechen und Durchfal, wie Mäusegift; er hemt hingegen auch die ordentlichen natürlichen Bewegungen, ausgenommen des Herzens ꝛc, wie Opium; durch Einnemung des Haupts, Benebelung der Sinne, und indem er dum und schläfrig macht. Rauchtobak vermert den Auswurf des Speichels und vergiftet solchen durch seine beigemischten ungesunden Teilchen. Wird dieser verunreinigte Speichel ausgeworfen; so beraubt man auch dadurch den Magen eines hauptsächlichen Verdauungssaftes; mithin gehet auch die Verdauung selbst schlechter von statten; es wird ein übelgemischter Narungssaft, ein eben dergleichen übel beschafenes Blut, ausgearbeitet: und also mus nach und nach der ganze Körper Not leiden. Schlukt man hingegen diesen vergifteten Speichel hinab; so sind die Folgen doch die nämlichen, ja noch schlimmer Nicht nur werden dadurch Verdauung, Narungssaft und Blut schlecht, sondern auch noch übel beschafener, durch die beigemischten, unserer Natur ganz entgegengesezten, Tobakstheilchen. Viele Tobaksraucher behaupten: man erseze durch häufiges Trinken den ausgeworfenen Speichel. Nichts ist ungereimter und schädlicher, als dieses Vorurteil. Einen groben rohen Trank schüttet man in sich, welcher erst verdaut, zu Milchsaft und Blut werden -, und vielmals durch die subtilen Gefäse des ganzen Körpers herumlaufen muß, bis etwas weniges

davon, als Speichel, einer von den subtilsten, kräftigsten und auflösendesten Säften des menschlichen Leibs, daraus abgesondert werden kan. Ein gänzlich rohes Getränk wird also an die Stelle eines der zärtesten, penetrantesten, und nüzlichsten Säfte unsers Körpers, des Speichels nämlich, ohne den grösten Schaden keineswegs gesezt werden können. Will und muß man doch rauchen; so geschehe solches mäsig, etwa 2-3 Pfeifen des Tags; einige Stunden (am besten gar nicht, vor-, oder nach dem Essen; damit die Verdauung nicht unterbrochen werde. Früh beim Frühstük, Nachmittags um 3 4 oder 5 Uhr, Nachts vor Schlafengehen, ist die beste Zeit darzu; ohne viel dabei auszuspuken, noch weniger von dem Speichel etwas hinab zu schlingen; und spüle sodann den Mund, wenn das Rauchen vorbei, jederzeit mit frischem Wasser aus. Dürre, schmächtige und hizige Personen solten sich des Tobaks gänzlich enthalten. Sie haben ohnehin zu wenig Säfte, und der Tobak troknet noch mehr aus. Saftvollen, phlegmatischen, fetten Personen, wird solcher eher dienlich sein.

Daß der Schnupftobak beim starken Gebrauch, die Nasenhäute austrokne, die Geruchnerven und den Geruch, ja wol auch Gesichtsnerven und Gesicht ruinire, allerhand Unreinigkeiten herbei ziehe, und die Nase zu einem waren Cloak mache: das ist bekant. Zu eben der Zeit, als der Rauchtobak-, und mäsig gebraucht, stiftet er den vorzüglichsten Nuzen.

Ohne Bewegung ist der Mensch nicht im Stand, lang zu leben. Jeder Muskel, jedes Bein, alle festen Teile des Körpers, sind lauter Maschinen oder Instrumente, welche, ihrer Natur gemäs, zur Bewegung geschafen sind. Wie stark, wie gesund ist ein Mensch, der viel arbeitet; oder, welches eines ist, sich viele Bewegung macht; wie zärtlich, wie kränklich hingegen derienige, welcher solche unterläst. Sie ist täglich zu unternemen, bis zum Ausbruch eines gelinden Schwei-

se, oder Anwandlung einer kleinen Müdigkeit: und zwar in heller-, warmer-, stiller-, nicht wolkigt-, feucht-, nebelig-, regnerische-, oder windige Witerung; nicht unmittelbar vor-, oder nach der Malzeit. Kurze Zeit vor Tisch darf keine starke Bewegung unternommen werden, weil wir sonst das Blut in Wallung bringen, die Kräfte schwächen, und den Magen nebst andern Eingeweiden, zur Verdauung untüchtig machen. Unter 2 oder 3 Stunden nach dem Essen auch nicht; weil sonst, durch die heftige Bewegung, die Speisen entweder gar nicht-, oder doch nur halb, verdaut, aus dem Magen gejagt werden. Ein wenig Herumgehen, Stehen, lautes Reden, ist nur, unmittelbar nach dem Essen, zuträglich; damit die wurmförmige Bewegung des Magens und der Eingeweide gestärkt-, auch dem Andringen des Bluts gegen den Kopf, wegen vollen Magens, durch das Stehen-, und also Hochhalten des Haupts, vorgebeugt werde.

Der ausgebreitete Nuzen, dessen wir uns von der Bewegung, sonderlich in freier Luft, zu erfreuen haben, bestehet hauptsächlich in folgendem: 1 werden das Blut, und die übrigen Säfte dadurch in stärkere Bewegung gesezt. Wie lebhaft, rot, wird nicht ein ieder Mensch, nach einer starken Motion? Zum deutlichen Beweis, daß das Blut nunmehr auch in solche Oerter und Gefäse einlaufe, in welche solches, vor der Bewegung, einzudringen unvermögend war. Ist das Blut in stärkern Umlauf gebracht; so wird solches um so mehr verdünt, und das schädliche desto besser und zeitiger daraus abgesondert. Man schwizt meistens nach einer Bewegung, der Urin geht häufiger ab, und die Leibesöfnung zeigt sich früher und stärker. 2 In dem Genus der freien Luft, und in beständiger Veränderung unsers eigenen, uns umgebenden, Dunstkraises. Dieser uns umgebende Dunstkrais verursacht dem Menschen eben die alzuviele Wärme. Blos, um solchen wegzutreiben, bewegen die Frauenzimer ihre

Son-

Sonnenfächer. Aus diesem Grund wird Spazirengehen, und frische Luft schöpfen beinahe für eines genommen. 3 Durch die mannigfaltige Veränderung der Gegenstände, welche sich unsern Sinnen bei einem Spazirgang darbieten, erhält die Sele eine neue Heiter- und Lebhaftigkeit, und vergist darüber alle quälende häuslichen Sorgen und Verdrus Daher ist eine Bewegung in freier Luft jederzeit der im Haus vorzuziehen. Ein Frauenzimer lauft den ganzen Tag in ihrer Wohnung herum; allein, weil die gesunde reine Landluft, und die Heiterkeit des Gemüts felen; so ist eine solche Hausmotion iederzeit der in freier Luft, weit, sehr weit, nachzusezen. Beim Spazirgang sind, so viel nur immer möglich, blos trokene und nicht feuchte Gegenden zu betreten; und besonders morastige und solche Orte, zu meiden, wo viele faule, mephitische Dünste und brenbare Luft, aufsteigen: oder, an solchen Orten nur zu der Zeit, und auf der Seite zu gehen, wo ein Lüftgen wehet, welches diese Dünste auf die andere Seite hintreibt.

Bei schwächlichen, oder solchen Personen, welche, wegen ihrer kränklichen Umstände, sich keine Bewegung zu Fus zu machen, vermögend sind, findet ein gelindes Faren im Kahn, oder Schif-, langsames immer mehr verstärktes Faren auf ebenem Land-, und sodenn eben dergleichen Reiten, dagegen stat. Ersteres ist die gelindeste Motion, mit welcher das Tragen und Wiegen der Kinder übereinstimt. Es ist demnach auch das Wiegen, wenn es nicht mit alzugroser Heftigkeit geschieht, keineswegs zu verwerfen, welches, bei Erwachsenen Personen, wenn sie schwächlich, die Hangmatte-, oder der Rolwagen-, bei stärkern und gesunden hingegen, die Schaukel, vertrit; das Faren ist schon eine stärkere-, Reiten die allerstärkste Bewegung: wobei die meisten Muskeln in heftiger Anstrengung und Aktion sich befinden, und bei ieder Bewegung des Pferds alle Eingeweide nebst dem ganzen Körper, erschüttert werden. Es ist demnach das Rei-

ten in der Schwindsucht nur mit gehöriger Einschränkung anzuraten: weil ziemliche Kräften, und keine alzusehr abgezerten Muskeln dazu erfordert werden, um sich auf dem fortschreitenden Pferd im Gleichgewicht zu erhalten; welche bei einer Bewegung im Wagen und im Schif, wo man sich anlenen und auflegen kan, keineswegs erforderlich sind. Auch werden durch das Schliesen, oder Zusammenpressen der Beine an das Pferd, die Blutgefäse in den Beinen und Schenkeln stark zusammen gedrükt; weswegen das Blut nicht im gehörigen Umlauf bleibt, sondern stokt: daher auch bei kalter Luft auf dem Pferd die Füse geschwind erkalten, welches aber bei der Motion zu Fus nicht zu befürchten ist, weil die Teile des Leibs von allem äuserlichen Druk frei bleiben, und die Muskeln der Füse einmal um das andere in Bewegung sind, und wieder ausruhen, wie ein Fus um den andern fortschreitet. Wärend der Bewegung des Fuses aber wird das Blut durch die agirenden Muskeln immer fortgetrieben; daher bei iemand, welcher zu Fus ist, auch in der stärksten Kälte, die Füse niemalen kalt, sondern eher warm, anzufülen sind. Das Reiten kan übrigens als ein Probirstein angesehen werden, wie weit es mit einem Schwindsüchtigen, oder andern Kranken, in Ansehung seiner Krankheit, gekommen sei. Ist ein solcher Patient annoch im Stand, eine dergleichen starke Motion auszuhalten; so mus auch noch ein ziemlicher Rest von Kräften übrig-, mithin auch Hofnung, die Krankheit zu überwinden, vorhanden sein.

Bei der Bewegung ist auch auf die Wal der Kleidung zu sehen. Bei kaltem Wetter sind der ganze Körper, vorzüglich die Füse, recht wol zu verwaren und warm zu halten, auch deren Zusammenpresung durch enge Kleider, Strümpfe, Schuhe oder Stifel, sorgfältig zu vermeiden; indem dadurch die Teile des Körpers zusammengeschnürt-, deren Bewegung gehemt-, der Umlauf der Säfte aufgehalten-, oder gar unterbrochen, und dadurch zu übeln Zufällen, als

An-

Andringen des Bluts gegen die obern Teile, Brust und Haupt, Engbrüstigkeit, Stoken, Kopfweh &c Anlas gegeben wird.

Bei warmen Wetter werden nicht ohne Ursach die weisen Kleider denen andern, besonders den schwarzen, vorgezogen; indem solche, wie aus der Naturlere bekant, beinahe alle Sonnenstralen zurükwerfen, also fast gar keine Wärme an den Körper kommen lassen. Dahingegen die schwarzen Kleider, weil sie alle Sonnenstralen verschluken, und in sich ziehen, bei warmer Witterung, bald eine unerträgliche Hize und einen auserordentlichen Schweis Beängstigung, und Entkräftung verursachen; wie solches die tägliche Erfarung lert. Von diesem Zurükwerfen und Einsaugen aller Stralen komt bekantlich auch her, daß-, unter der nämlichen Gröse, weise Sachen viel gröser erscheinen, als die schwarzen. Man lege an der einen Seite einen weisen-, am andern Fus einen schwarzen Strumpf an; so wird die Erfarung solches bekräftigen, und der weise Fus über den schwarzen an Gröse und Dike merklich die Oberhand behalten.

Befindet sich ein Kranker gar nicht im Stand, die äusere Luft zu vertragen; oder genötigt, solche, weil sie rauh, kalt, windig, stürmisch, nebelig, feucht &c zu meiden; so kan das Reiben oder Frottiren die Stelle einer Motion vertreten. Es mus aber solches anfänglich ganz gelind-, und, nur eine kurze Zeit durch, etwa eine halbe Viertelstunde lang, geschehen; nach und nach hingegen immer mehr verstärkt-, und eine längere Zeit hintereinander mit angehalten werden, sonderlich bei sehr schwächlichen und kranken Personen. Man sezt es so lange fort, bis die geriebene Haut rot zu werden begint, oder eine etwas unangeneme, schmerzende Empfindung, darauf erfolgt. Der Unterleib, das Rükrad, (vorzüglich dessen untere Teile) Arme und Beine sind hauptsächlich-, nicht minder auch andere-, und die leidenden Teile selbst, nach Beschafenheit

heit der Umstände, zu reiben. Früh und Abends im Bet ist die bequemste Zeit darzu: (aber auch des Tags über kan solches stehend, auch sizend oder liegend, geschehen). Man bleibt darauf noch etwas liegen; so gehet die Ausdünstung um desto besser von statten. Die stokenden Säfte, die geriebenen Fäsergen, werden dadurch in Bewegung gesezt; es entstehet ein lebhafterer Umlauf des Bluts, welches nun auch, wie die Röte der geriebenen Teile anzeigt, sogar in kleine Gefäse eindringt, in welche dasselbe vorhin nicht einzulaufen vermogte. Daher gehen auch die Absonderungen besser von statten; wie die vermerte Ausdünstung, der häufigere Abgang des Urins, und des Stulgangs, sichtlich dartun. Durch das Reiben des Unterleibs werden die wurmförmige Bewegung der, in solchem enthaltenen, Eingeweide vermert, die Verdauung verbessert, und die Blähungen fortgeschaft. Das Reiben des Rükrads bringt Nerven und Lebensgeister, oder Nervenkräfte in lebhaftere Bewegung; und das Frottiren der Füse ziehet auch die Säfte wegen des dadurch verursachten Reizes, von den obern Teilen und dem Haupt, abwärts. In Lämung, Wassersucht, und unzäligen andern-, von einem geschwächten Umlauf der Säfte, und Stokungen derselben, herrürenden Krankheiten, leistet das Reiben unverbesserliche Dienste. Man frottirt blos mit der Hand, welche in der Wassersucht und andern, bei lang anhaltendem, Reiben, bei mehr gespanten als schlafen Fäsergen und festen Teilen, mit Baumöl anzufeuchten ist; oder mit einem leinenen-, auch wollenen Tuch; welches vorher, um die Wirkung zu verstärken, über Flus-, Agtstein- und anderm, oben bereits empfolenen, Rauch gehalten wird, bis sich solcher recht stark hineingezogen. Es ist nicht nötig zu erinnern, daß, wo onehin die Bewegungen sehr stark, als in hizigen Krankheiten, heftigen Schmerzen &c das Reiben entweder ganz und gar nicht, oder nur unter sehr eingeschränkten Bedingungen, stat finde. Eine sehr unschikliche und schädliche Motion für Perso-

nen,

nen, die mit dem Kopf zu arbeiten gezwungen sind, ist das Holzsägen; gewissermasen auch das Drechseln. Es greift den Körper heftig an, und ermattet solchen sehr stark. Durch das Büken, und die Bewegung der Arme, und des Oberleibs, wird das Blut mit den andern Säften nur noch mer, gegen die obern Teile und das Haupt anzudringen, gereizt: daher auch das Antliz, bei dieser unrecht angebrachten Bewegung, gemeiniglich ser rot auszusehen pflegt. Indessen sind die untern Teile des Leibs, vorzüglich die Füse, bei solchen Personen besonders, welche onehin dazu geneigt sind, kalt anzufülen. Dem Himmel sei Dank! die Zeiten sind vorbei, in welchen man kaum für einen ehrlichen Mann gehalten wurde, wenn man nicht Holz sägte, eine alonge Perüke auf dem Kopf sizen-, und ein Fontanell am Arm oder Fus zu verbinden hatte.

Die Schnürleiber, oder Schnürbrüste pressen alle Eingeweide, nebst sämtlichen Blut- und andern Gefäsen des Unterleibs zusammen, verhindern deren- und der Bauchmuskeln Bewegung, den Umlauf des Bluts, und aller übrigen Säfte. Daher stemmen sich leztere; verursachen Verstopfungen in den Eingeweiden; die Verdauung (als zu welcher eine freie Bewegung des Magens, des Zwergfels, der Bauchmuskeln ꝛc unumgänglich nötig ist) wird verderbt; ein übler Narungssaft, ein eben so schlechtes Blut, zubereitet. Müssen alsdenn nicht unzälige Uebel entstehen, eingesperte Blähungen, Kolik-, Lenden-, Kreuz-, und andere Schmerzen, Vapeurs, Bleichsucht, Mutterumstände, Brüche ꝛc? Und wird nicht hiedurch der Grund zu unendlich vielen andern Uebeln, welche von schlechter Verdauung, und Schwäche ihren Ursprung nehmen, gelegt? Von denen, gegen Brust, und Haupt zu, sich stemmenden- und einen stärkern Trieb äusernden, Blut, und andern Säften, auch der verhinderten Bewegung der Bauchmuskeln, und des Zwergfels, entspringen schweres Otemholen, Bangigkeit, Angst, Herzklopfen, Hize,

heftige Kopfschmerzen, Schwindel, Onmachten, wie auch ein groser Hang zum Schlag, und andern Nervenumständen; vorzüglich auch zu Brüchen. Ja auf die Nachkommenschaft, und die Frucht im Mutterleib selbst, verbreiten sich die üblen Folgen des widernatürlichen Einpressens, durch die Schnürbrüste. Das noch nicht geborne Kind erhält nicht nur eine schlechte Narung von der Mutter, und wird durch das enge Einkerkern seiner Bewegung beraubt; sondern es ist auch solches öfters Ursach an der gänzlichen Verunstaltung des Körpers, ja an dem Tod der Frucht selbsten. Man hat Beispiele, daß das Blankscheid auf der Stirn eines nur erst gebornen Kindes, sich ganz eingedrukt-, und die übelsten Spuren hinterlassen hatte. Werden nicht Gott und die Natur durch solche unvernünftige Mode gemeistert? An der Brust hatten wir eine Schnürbrust nötig: und diese ist uns auch dorten, mittelst der Rippen, und anderer Beine, und Teile, gegeben. Hingegen der Unterleib solte vorn von allem Druk harter Körper frei sein, um sich gehörig bewegen zu können. Wir sind sinreicher, und verstehen solches besser, als Gott und die Natur. Umgekert pressen wir den Unterleib zusammen, und die Brust lassen wir dafür frei. Unsterblicher Dank sei dem grosen Monarchen Joseph, welcher sich zum Wol der Menschen, und Nachkommenschaft, auch zu dem, für Gesundheit, und Leben so wichtigen Gegenstand, der Kleidermoden (welche leider! bisher fast blos der Wilkür hirnloser Köpfe, und eben so hirnloser, als eigennüziger Schneider überlassen waren) herab läßt, die Schnürbrüste aus seinen Staten verbant, und die ganz unsinnigen, wie man spricht, von einer unzüchtigen Dirne, ihre Schande zu bedeken, erfundene grose, und kleine Reifenröke, und Poschen, Gassen keren heist.

Schlaf, und Wachen müssen gehörig miteinander abwechseln. Schlaf sezt Ruh des Leibes, und der Sele voraus, und bringt solche auch mit sich. Wärend dessel-

desselben wird der Narungssaft gehörig ausgearbeitet, verfeinert, ausgeteilt; und die Kräften dadurch merklicher, als durch Essen, und Trinken selbst, ersezt. Man trage jemand, welcher sehr ermüdet, und schläfrig worden, das beste, schmakhafteste Essen, und Trinken vor; er wird die vortreflichsten Speisen, und das herlichste Getränk stehen lassen, und den Schlaf vorziehen. Man schlafe aber nicht zu viel, nicht zu wenig, und in einer gesunden Luft, in einem dunkeln, oder verdunkelten Zimmer. Kinder müssen mehr schlafen, als Erwachsene. Im Mutterleib bringt das Kind seine meiste Zeit schlafend zu. Für eine erwachsene, gesunde, nicht alzusehr ermüdete Person, ist ein 7 bis 8 stündiger Schlaf, das ordentliche Mas. Die Nacht ist die beste Zeit zur Ruh, wo weder die Augen durch die Helle, das Gehör durch die unzälig vielen, und verschiedenen Schal- und Töne, noch auch die übrigen Sinne, durch andere Obiekte gestört werden; und wo man der Natur, als welche die Nachtzeit, durch Entziehung des Hauptlichts, der Sonne, zur Ruh und Erquikung bestimmt zu haben scheint, gehörig nachamt. Nachts bei Zeiten ins Bet, Früh aber auch bei Zeiten wieder heraus. Das ist die Ordnung der Natur, welche auch diejenigen Tiere befolgen, welche nicht zu Nachts auf ihre Narung auszugehen gezwungen sind, sich sehr wol dabei befinden, und die der Bauer, und mancher Handwerker glüklich nachamt. Eine Stunde Schlaf vor Mitternacht wird dem der dessen gewohnt ist, ordentlicherweise allezeit so viel, und noch mehr Erquikung geben, als 3 Stunden nach Mitternacht. Die verkerte Mode also, spät zu Bet zu gehen, und eben so spät hernach auch aufzustehen, ist, und bleibt eine schädliche, und der Gesundheit, und einem langen Leben äuserst nachteilige Mode, sie mag so vornehm sein, als sie immer will. Doch auch hier ist öfters eine, obwol schlimme Gewonheit, andere Natur. Auch der Mittagsschlaf ist nicht schlechterdings zu verwerfen. Wer daran gewöhnt ist, oder wem die Natur durch

Schläfrigwerden dazu zu zwingen scheint, der schlafe immerhin, aber nur mit erhobenem Haupt, auf Betküsen, am besten in einem Lensessel, in welchem oben das Haupt angelehnt werden kan. So wird das Blut nicht alzuheftig gegen den Kopf hingedrängt, welches sonst bei angefültem Magen, und so stark ausgedehnten Blutgefäsen, zu geschehen pflegt. Eben deswegen erhalten volblütige Leute, nach dem Essen, ein so rotes Antliz.

Auch ist es eine höchstschädliche Gewonheit, niedrig im Bet zu liegen, und die Kinder so tief in die Wiege, und in Betten dergestalt zu vergraben, daß Kopf, Leib und Füse beinahe in gleiche Linie und horizontale Lage, kommen. Beim gemeinen Volk ist solches fast allenthalben gewöhnlich. Das Blut drängt sich onehin sehr stark nach dem Kopf zu (wie denn bei jedem Pulsschlag, wenigstens der 6te Theil des, von dem Herzen ausgesprizten Bluts, nach dem Kopf hin getrieben wird; und nach Verhältnis achtmal mehr Blut in das Haupt komt, als sonst in irgend einen Theil des Körpers von der nämlichen Gröse.) In dieser niedrigen Lage also um desto stärker, weil es nicht wider-, und gegen sein eigenes Gewicht und Schwere, wie im Stehen und im erhabenen Liegen, in die Höhe steigen darf; es dringt demnach, in dieser niedrigen Lage, das Blut nicht nur heftiger, sondern auch in weit stärkerer Menge gegen das Haupt zu, dehnt also die Gefäse mit jedem Pulsschlag, auch um so stärker, aus, und erweitert dieselben nach, und nach ganz auserordentlich. Bei Kindern um desto mehr, weil ihr Puls viel schneller geht, also die Ausdehnung, und Erweiterung der Gefäse nach dem Kopf zu, und in solchem selbst, um so vielmehr öfter und heftiger geschieht, und die zarten wenig widerstehenden Gefäse und andere festen Theile, auch weit stärker ausgedehnt werden können. Auf jede Ausdehnung erfolgt aber auch eine eben so starke Erschlaffung, und Schwäche der Gefäse. Ueberdies wachsen nebst dem ganzen Körper auch diese

Gefä-

Gefäse mit fort, werden also gröser, und merklich weiter in ihrem Umfang, als es im natürlichen Zustand zu geschehen pflegt. Das Blut dringt demnach um so heftiger, und in weit gröserer Menge nach dem Haupt zu, sowol wegen des starken Antriebs von Natur; da ihm solcher zur Gewonheit worden, als auch wegen der geschwächten, und widernatürlich-, erweiterten Blutgefäse, und festen Teile. Hieraus entspringen aber auch nach und nach unzälige Uebel, besonders Hauptbeschwerden; als Kopfweh, unruhiger-, und alzugroser Hang zum Schlaf, Auffaren in solchem, Gichter, Augen-, Orenübel, Schnuppen, hartes Zanen und Zanweh, stumpfe äuser- und innerliche Sinne rc. Man lege sich demnach, zu Vermeidung aller dieser so vielfältigen und schweren Uebel, mit dem Kopf hoch, und folge hierinnen der besten Lermeisterin, der Natur; als welche unsern Bau dergestalt eingerichtet hat, daß wir mit auf-, und in die Höhe gerichtetem Haupt gehen, stehen, liegen und leben sollen.

Sol der Mensch gesund bleiben; so müssen die Auswürfe, mittelst der Ausdünstung, des Urins und Stulgangs, gehörig von statten gehen, und denen zu sich genommenen Speisen und Getränken, ordentlicherweise, nach Verhältnis, gleich sein. Wenn ein Mensch, in warmen Ländern, innerhalb 24 Stunden 8 Pfund Speise und Trank zu sich nimt; so wird dieser, gewönlicherweise, binnen solcher Zeit, 5 Pfund durch die unmerkliche Ausdünstung, 2 1/2 Pfund durch den Urin-, und 1/2 Pfund durch den Stulgang, wieder von sich geben.

Mangelt die Ausdünstung; so befindet man sich gleich nicht wol darauf. Man ist nicht im Stand zu sagen, was einem eigentlich fehlt; aber es findet sich die unangeneme Empfindung einer Schwere, übles Aussehen, Trägheit an Leib und Sele rc dagegen ein. Hier ist es Zeit, sich in Kleidern wärmer zu halten, wenig oder nichts zu speisen, warmes Getränk zu sich

zu nehmen, sich mehrere Bewegung zu machen, und sodenn wol bedekt den Schlaf abzuwarten.

Dem schlechten Abgang des Urins wird bei einer stärkern- aber gelinden Bewegung, durch mehreres- aber küles Getränk, und den Genus von Erdberen, Petersilien, Celeri, Kerbel ꝛc am besten abgeholfen; und dem Mangel an Stulgang kan am vorzüglichsten durch Pflaumen, oder Zwetschgen, kleine oder grose Rosinen, auf allerlei Weise zubereitet und genosen, geraten werden. Heftige Gemütsbewegungen sind sehr zu meiden. Zu den unangenehmen werden hauptsächlich Zorn, Aergernis, Furcht, Kummer, und Schreken gezält. Was die stärkste, etliche Stunden lang angedauerte Bewegung des Körpers, für üble Wirkungen, nach und nach, hervorbringt; das entsteht durch einen plözlichen Zorn in einem Augenblik z. E. heftige Wallungen und Röte im Antliz. Was die langwürigste unthätige Ruh erst binnen Jar und Tag in unsern Körper für Schaden stiftet, z. E. blasses Aussehen, verlornen Appetit; das bringt ein plözlich eingejagter Schreken im Augenblik hervor. Gemütsbewegungen äusern plözlich die heftigste Wirkung auf die Nerven, den Magen und alle Theile, vorzüglich des Unterleibs, wo so viele Nerven hinlaufen. Es seze sich jemand mit noch so grosem Appetit zu Tisch, und habe seine angenehmste Speise vor sich; man jage ihm aber nur einen grosen Schreken ein, oder verursache einen heftigen Zorn; der Appetit wird ihm augenbliklich vergehen, und stat dessen wird er, im lezten Fal, den Stok ergreifen, um seinen Grim auszulassen; oder, im ersten, die Flucht nehmen, um der Gefar zu entrinnen. Zorn erregt zu viele, zu heftige-, wie Schreken ver- und einwärts gekerte Bewegungen, nämlich von den äusern Theilen gegen die innern-, und gegen das Herz zu: daher entsteht das blasse Verfärben. Alle Gemütsbewegungen schaden aber nicht nur durch heftige und verkerte Bewegungen, sondern auch besonders durch Krämpfe, welche die Ausdünstung und

andere Auslerungen unterbrechen; deswegen es ganz wol gethan ist, nach einer Alteration das Wasser zu lassen, und ein krampflindernndes Temperirpulver zu nehmen; damit die unterbrochenen Auslerungen hergestelt werden mögen. Man hüte sich demnach vor dem Ausbruch starker Gemütsbewegungen so viel nur immer möglich, als welche ein Gift sind, wodurch schon unzälige sich dem Tod in den Rachen gestürzt haben, und welches um so eher zu geschehen pflegt, weil kein Mensch von Affekten frei lebt. Hofnung, Verlangen, und gemäsigte Freude sind beinahe die besten Gemütsbewegungen, welche das Urwerk unsers Lebens in einem lebhaften, und gleichen Gang lange zu erhalten vermögend sind. Daher sol man Geselschaften, und was uns sonst Vergnügen bringt, sonderlich wenn Leibesbewegung mit verknüpft ist, (auch Schauspiele, Musik; als welche die Sele in eine angenehme Bewegung zu sezen pflegen), vornämlich wärend einer Kur, allenthalben suchen. Ingleichen gehören dahin, die mit Bewegung verknüpften Spiele; z. E. Billard, Kegel, Balspiel, Fechten; wo Leib und Sele Motion haben, und aufgemuntert werden. Aber Spiele, wobei man zu sizen gezwungen ist, als Karten ꝛc sind mehr schädlich, denn nüzlich. Die Sele wird dabei blos allein in-, oftmals heftige, Bewegung gesezt; dafür der in einer unthätigen Ruh sich befindende Körper, und die zusammengedrukten Eingeweide gemeiniglich, unschuldigerweise, scharf genug büsen müssen. Auch hüte man sich Abends, wenn man sonderlich im Begrif steht, sich zur Ruhe zu begeben, Briefe von unbekanter Hand-, oder solche, deren verdrüslicher Inhalt schon zum voraus bekant ist, zu eröfnen; und verbiete deren Einhändignng den Domestiken; sonderlich wenn man in einer Lage darnach z. E. in Processe verwikelt ist: denn es können dadurch leichtlich die Ruhe des Gemüts gestört-, Affekten erregt; sohin der Schlaf verscheucht werden. Auch früh, beim Erwachen und Aufstehen, beobachte man diese Regel. In dieser Zeit ist die Sele zu weit lebhaftern Empfindungen

gen, und tiefern Eindrüken, sowol guten als schlimmen, aufgelegt: um so mehr, weil Leib und Sele, besonders alle Sinnen, durch den Schlaf gestärkt, und ermuntert, nun neuerdings erst wieder, Eindrüke zu samlen, anfangen: und das neue rührt bekantlich allezeit am stärksten und lebhaftesten. Ist man hingegen schon einige Zeit wachend, hat man sich durch Geschäfte, durch sinliche Eindrüke, zerstreuet, mithin die Empfindungskraft bereits mit andern Vorstellungen angefült; so werden dergleichen unangeneme Briefe, und Nachrichten, weit mindere Empfindung, weit weniger Unruhe und Affekten des Gemüts, erregen; also auch weit mindern Schaden, als im entgegen gesezten Fal, anstiften.

Wie sehr beklage ich das Los derjenigen Kinder, welchen, aus unzeitiger Nachsicht ihrer Eltern, aller Wille gelassen ist. Sie werden hierdurch eigenwillig, eigensinnig, und auf die Gedanken gebracht, alles müsse sich nach ihrem Kopf richten. Es wird dieses zur Gewonheit, und also zur andern Natur; welche die wachsende Vernunft, mit allen ihren Vorstellungen niemals mehr ganz zu bezwingen, im Stande sich befindet. Erwachsen dergleichen Kinder; so werden vielfältig schlechte Christen, und eben so schlechte Weltbürger daraus, welche ihren Nebenmenschen und sich selbsten fast blos zur Last sind, auch öfters sich und andere muthwilligerweise ins Elend stürzen. Gemeiniglich aber werden solche noch in ihrer Jugend weggeraft, und unglükliche Schlachtopfer eines elenden Todes. Denn wenn sie zu dieser Zeit eine Krankheit überfält; so sind sie, wegen der unangenehmen Empfindungen, welche kränkliche Umstände unzertrenlich zu begleiten pflegen, onehin schon mehr, denn sonsten, zu Gemütsbewegungen aufgelegt; welchen sie sonst jederzeit, freien Lauf zu lassen, gewohnt gewesen. Man vermahnet sie jezo liebreich, das und jenes zu thun. Dieses, wider alle bisherige Gewonheit laufende, Verfaren, macht das Kind verdrüslich; man redet ihm stärker

zu: es wird noch verdrüslicher. Man gibt ihm nun nicht, was es verlangt; sondern verbietet ihm wol auch noch solches obendrein: nun wird es böse. Man verlangt ernstlich, und, vielleicht zum allerersten mal, mit einer gebieterischen Mine, das und jenes zu thun oder zu lassen. Ueber dieses ungebräuchliche, und gänzlich ungewohnte, Verfaren wird es zornig. Die Eltern bedienen sich nunmehro, durch die Widerspenstigkeit des Kinds, selbsten aufgebracht, der Zwangsmittel. Das Kind gerät in Wut. Dieses, und vielleicht der unangenehme Geschmak der ihm eingenöthigten Arzneien stürzen solches in die heftigste Raserei; welche oftmals die fürchterlichsten Konvulsionen, und andere üble Umstände nach sich ziehet, und das Kind ins Grab stürzt. Das Kind läst sich also entweder gar nicht bewegen, eine Arznei zu nehmen, oder es gibt das beigebrachte sogleich wieder von sich. Und wenn es auch etwas davon hinabschlingt; so bringt das Arzneimittel, mit dem heftigsten Affekt des Kindes verbunden, die schreklichsten, und widrigsten Wirkungen hervor; und in beden Fällen wird der arme kleine Patient ein klägliches Schlachtopfer seines Eigensins, oder vielmehr der unvernünftigen Affenliebe seiner Eltern. Um des Kindes Leben, und Wolfart willen lerne man ihm, von der zartesten Jugend an, seinen Eltern gehorchen, und ihre Befele pünktlich erfüllen. Hat es dieses in gesunden Tagen gelernt, ist ihm der Gehorsam zur Gewonheit, und zur andern Natur worden; so wird es sich um so leichter und besser, im kranken Zustand behandeln lassen, eher Folge leisten, Diät halten, Arznei nehmen; und also unendlich leichter gesund, und dem Tod aus dem Rachen gerissen, werden können.

Diätetische Vorschrift, welche bei- und nach der Aderlas, zu beobachten.

Besonders am Aderlastag, und auch noch einige Tage drauf, sol man sich im Essen und Trinken sehr mäsig halten. Nichts kan ungereimter, und schädlicher

sein, als Aderlasen, d. i. eine Verminderung des Bluts vornehmen; und doch auch an diesem nämlichen Tag schon wieder die narhaftesten Speisen geniesen, oder alles mögliche thun, damit das abgezapfte Blut sogleich wieder-, und, wo möglich, in noch gröserer Menge, ersezt werden möge. Zu dieser Zeit befindet sich der Magen schwach, also zum Verdauen nicht wol aufgelegt. Sehr wenige und leichte-, nicht zu narhafte Speisen also, nebst Wassertrinken, und bei dem, der es gewohnt ist, ein Glas Wein, mäsig genosen, sind am Aderlastag die zuträglichsten Narungsmittel. Das falsche Vorurteil: daß man das herausgelasene schlechte Blut, sogleich, mittelst des Genuses narhafter Speisen, durch ein besseres wieder ersezen müsse, trägt zu der schädlichen Gewonheit, den Aderlastag zu einen Tag des Wollebens zu machen, viel bei. Allein, nicht die genossenen Narungsmittel allein: nein! vielmehr deren volkommene Verdauung, erzeugt ein gutes Blut. Am Aderlastag ist aber der Magen geschwächt, die Verdauung folglich ebenfals schwach, und unvolkommen; also erhält man auch nur ein schlechtes-, und obendrein, von den narhaften Speisen, eine grose Menge Bluts. Und die Quantität des Bluts zu vermindern, ist doch der Hauptzwek einer Aderlas. Der Saz bleibt demnach fest und unumstößlich: wer Nuzen von der Aderlas erwartet; der lebe am Tag des Blutlasens, und einige drauf folgende, recht mäsig.

Etwas vom Schrepfen.

Das Schrepfen leistet, sonderlich bei Alten und schwächlichen Personen, gemeiniglich weit bessere Dienste, als die Aderlas. Denn

1 wird das Blut nicht nur aus den kleinen Blut-, sondern auch aus den zärtesten, zugleich mit zerschnittenen Pulsadern, nicht minder limphatische und andere auch stokende und zum Auswurf bestimte

simte Feuchtigkeiten, aus denen-, solche enthaltenden, Gefäsen, herausgezogen. Die Struktur des Körpers, kraft dessen, in allen seinen Punkten, Puls- und Blutadern-, auch andere z. E. Wasser und ausfürende Gefäse, angetrofen werden, und die dike-, zähe-, wäsrige-, und überhaupt üble Beschafenheit des, durch Schrepfen, aus dem Körper ausgezogenen Bluts, überzeigen uns hievon unumstöslich.

2 Mittelst des Reizes der aufgesezten Schrepfköpfe werden die stokenden Säfte zerteilt, und von den leidenden Teilen ab-, weg-, und ausgezogen.

3 Schrepfen schwächt lang nicht so stark, als eine-, auch nur mäsige, Aderlas. Man pflegt von lezterer weit eher in Onmacht zu fallen, als bei einem, ungleich stärkern, Schrepfen. Denn durch die Aderlas entgehet auf einmal dem Körper ein-, im vollen Umlauf befindliches-, zur Narung dienendes-, Blut: aber beim Schrepfen wird nur meist ein dikes-, zähes, beinahe auser allem Umlauf seiendes-, stokendes-, zum Ernären des Körpers untüchtiges- und bereits abgenuztes Blut, welches die Natur onehin wegzuschafen willens war, herausgezogen, und weggeschaft: mithin der Natur ihr Geschäfte erleichtert.

Vorschrift

in Ansehung einiger-, meistens, Hausmittel.

1 Wasserkur.

Man nehme eine Bouteille laufendes, leichtes Brunnenwasser, welches nicht viel grobe und irdische Teile bei sich fürt; lasse solches ein par Stunden, wol verwart, (damit nicht die subtilsten Teile verfliegen) in dem Wonzimmer stehen, daß es den nämlichen Grad der Wärme dieses Zimmers anneme; und trinke hie-

von

von nüchtern, nach und nach, und bei beständigem langsamen Herumgehen, so viel als gefällig, wenigstens 1/4 Mas. Neuere Aerzte raten, sogleich nach dem Aufstehen, ein Glas frisches Wasser zu trinken: welches auch vielen ganz wol bekomt. Es stilt den Durst, zerteilet die zähen Säfte, mildert deren Schärfe, ist ohne Zweifel die beste Blutreinigung, stärkt die festen Teile, vermert den Appetit, und bedarf ganz und gar keiner Verdauung. Ungewonte Personen sollen mit wenigem anfangen, sich beständig dabei bewegen, und eine Zeitlang warten, bis sie wieder einen Schluk nemen.

2 Limonade.

Man reibt mit einem Stükgen Kanari-, Rafinat-, oder Meliszuker, an einer frischen Citrone das Gelbe ab; wirft solches in ein Glas, worinnen halb Wasser und Wein, auch wol nur ein 1/3 oder 1/4 Wein befindlich; rürt alles wol untereinander, bis der Zuker gänzlich zerschmolzen: so ist die Limonade fertig. Man mischt so viel, an einer Citrone abgeriebenen, Zuker hinzu, als es gefällig, und dem Geschmak angenem ist. Bei grosen Wallungen, Hize, Durst, in hizigen Fiebern, läst man den Wein weg, und mischt dagegen so viel Citronensaft oder Esig, als gefällig ist, bei.

In heisen Sommertagen und bei mancherlei Krankheiten, in welchen der Wein undienlich, gibt solches, lezteres insonderheit, ein sehr angenemes, erquikend- und külendes Getränk ab.

3 Citronentrank.

Eine frische Citrone, in 4 Teile zerschnitten; oder das Gelbe von einer frischen Citrone, einen Zimtstengel von gefälliger Gröse, Zuker nach Belieben.

Man

Man brühet alles mit einer Mas siedenden Wassers an, und läst es wol verdekt kalt werden, ohne solches weiter zu sieden, weil sonst die beste Kraft verfliegt.

Es ist ein angenemer, Magen-, Eingeweide- und nervenstärkender Trank. Dient Gesunden und Kranken, besonders denjenigen, welche mit langwürigen Uebeln, Schlag, Lämung, schmerzhaft- und krampfigten Umständen, behaftet sind, zum ordentlichen Getränk; kan auch, nach Beschafenheit der Umstände, mit etwas Wein oder Citronen-, auch Pomeranzensaft, vermischt werden. Der Gebrauch für den Durst ist sehr nüzlich; wie hingegen der Misbrauch, wo es, wegen seines guten Geschmaks, im Uebermas getrunken wird, eben so schädlich. Die nämlichen Citronen und Zimt mögen zuerst im Trank; und sodenn, wenn sie noch einen starken Geschmak haben, auch in der Küche genüzt werden.

4 Mandelmilch.

Man nimt 6 bis 8 Lot geschälte süse, und wenn es gefällig, wegen des Magens, 4 bis 12 Stük bittere, Mandeln, nebst 1, 2 bis 18 Lot Zuker; stöst solche im Mörser zu einem Brei, rürt ihn mit etwas wenigem zugegossenen Wasser, (wozu man gemein-, oder ein angemessenes destillirtes Wasser, besonders den Citronentrank, nemen kan) zu einem, noch dünnern, Brei; prest alles durch ein dichtes leinenes Tuch z. E. eine Serviette, auf das schärfste aus; diese ausgepreste Mandeln, schüttet man in den Mörser zurük, rürt sie mit was wenigem zugegossenen Wasser neuerdings um, prest es abermal aus; und verfärt hiemit auf änliche Art so oft, bis eine Mas Wasser verbraucht, und auf solche Weise zur Milch zubereitet worden; welche man mit Zuker, Pomeranzen- und Zimtwasser, nach Belieben beigemischt, noch annemlicher machen kan.

Sie

Sie gibt ein erquikend-, stärkend- und närendes Getränk ab; in hizigen und sonderlich Zehrfiebern; bei Kopf-, und andern Schmerzen; in Durchfällen und der Ruhr, in Schwachheiten 2c. Diese Milch mus in der Küle gehalten-, auch alle 12 bis 24 Stund frisch verfertigt werden; weil sie sonst sauer wird, einen Ram über sich stößt, und ihre Kraft gänzlich verliert. Ist auch bei gesunden Tagen eine gute Labung, besonders im Sommer.

5 Weichsel-, Schwarz-Kirschen-, Hiften-, Weinber-, Aepfelschniz-, oder Brodwasser.

Man nimt dürre Weichsel, d. i. saure Kirschen, schwarze Kirschen, Hiften, Weinber, Aepfelschnize, sonderlich von Borstorfer-Aepfeln, Brod, die obere altgebakene Rinde davon, 4 bis 8, auch mehr, Lot; stößt das Obst, zusamt den darin enthaltenen Steinen, damit die Kerne ihre magenstärkende Kraft, bei Kirschen oder Weichseln besonders, von sich geben; giest ein Mas frisches Brunnenwasser darüber; siedet alles wol verdekt, 1 1/4 Stund lang; alsdenn läst man es, unaufgedekt, kalt werden, durch ein Tuch laufen, und an einem külen Ort verwaren. Von frischen Weichseln, oder Kirschen erhält der Trank einen fast noch annemlichen Geschmak, als von den dürren. Aber man mus auch doppelt so viel im Gewicht dazu nemen: solche hingegen nicht zerstosen, sondern ganz kochen. Man kan auch der Frühweichsel sich dazu bedienen, welche bekantlich zum Dörren untauglich sind. Bei Verstopfung ist, in jeder Mas Getränk, 1 bis 2 Quint Weinsteinram-, oder Crystallen-; bei Hize, 1 Quint dieses, und auch 1 Quint gereinigten Salpeters, zugleich mit kochen zu lassen.

Die bei uns so genante Huzelbrüh, d. i. die abgekochte Brüh von gedörten ganzen Birnen, leistet das näm-

nämliche, als eines der ersterwänten Getränke. Nicht minder auch die Butermilch; vornemlich, wenn bei dieser leztern, der Magen und Darmkanal zuvor, durch ein gelindes Abfürungsmittel, gereinigt worden. Aber das Vieh, von welchem die Milch genommen wird, mus frisches Futer fressen; sonst ist die Butermilch ungeschmak und unkräftig.

Alle diese Getränke feuchten an, lösen auf, lindern die Hize, und geben besonders in hizigen Krankheiten, und bei groser Hize, Schmerzen u. s. w., ein recht erquikendes Getränk ab.

Man kan 1-, 2-, zerlei-, oder sämtliche Species von oben benanten, zusammen nemen. Wil man z. E. Weichsel und Weinbern allein wälen; so nimt man 3, auch wol 4 bis 6 Lot von jedem, zu 1 Mas Wasser. Die Hiften befördern den Urin; die Weinbere oder kleinen Rosinen sind, besonders bei Verstopfung, auch denen Kindbetterinnen, sehr dienlich. Das Brod sol altgebaken, und nicht gebäht-, sondern nur stark getroknet sein. Durch das Bähen gehen die meisten Kräfte verloren. Wird es, unter erwärmtem Bähen, gar schwarz; so ist solches kein Brod mehr, sondern eine Kole, welche ein-, nicht nur unnüzlich-, sondern auch schädliches, Getränk abgibt.

Bei schwachen Magen ist zuträglich, wenn ein dergleichen Getränk vom Feuer gehoben wird, alsobald Citronen-, Pomeranzenschalen, oder auch einen Zimtstengel von beliebiger Menge und Gröse, in den siedheisen Trank zu werfen; alles etlichemal mit umzurüren, und so denn wol verdekt, damit die beste Kraft nicht davon fliege, kalt werden zu lassen. Sind kein Fieber, keine grose Wallungen oder Hize, vorhanden; so kan zu diesen Tränken, nach Belieben, Wein beigemischt werden.

6 Malztrank oder Würze.

Man neme 6 Lot zart gepulvertes Luftmalz, giese eine Mas siedendes Wasser darüber, rüre solches etlichemal recht untereinander, lasse dasselbe hernach 3 bis 4 Stunden an einem külen Ort stehen, und seihe sodenn den Trank ab. Hievon wird nach Durst getrunken.

Es wird, als ein angenemes, süsliches Getränk von blasser Farbe, von vielen gelobt; ist aber doch den meisten widerlich zu trinken. Seine Kraft ist külend, närend, durstlöschend, Verdauung befördernd, brechenstillend; ingleichen wird es im Scharbok, fressenden, krebshaften Geschwüren, Ausschlägen der Haut, Schwindsucht, Hypochondrie, goldenen Ader, Fiebern von allerhand Gattung, und in der Schärfe der Säfte ꝛc gelobt.

Abgekocht verliert es viel von seiner Annemlichkeit; wird schleimiger, trüber, und mehr dunkler Farbe.

Nach Beschafenheit des Zustands, und Appetits können auch Süsholz, Fenchel, Zuker, kleine Rosinen ꝛc so viel als gefällig, zulezt beim Sieden, mit angesezt werden.

Dieser Trank ist alle 24 Stunden frisch zu verfertigen, weil solcher, nach Verlauf dieser Zeit, im Sommer besonders schal und sauer, wird.

7 Ein guter Trank, besonders für Kindbetterinen.

Man nimt
Roter Erbsen (cicerum rubrorum)
Gebrantes präparirtes Hirschhorn, von jedem 6 Lot.
Quekenwurz, 3 Lot.

Der

Der 4 herzstärkenden Blumen (Borragen-, Buglossen-, Rosen-, und Violenblumen), von jeder 1 Quint.

Alles zerschnitten, zerstosen und wol untereinander gemischt. Hievon 2 bis 3 aufgehaufte Eslöfel vol mit 1 Mas Wasser, etliche Minuten, wolverdekt, gesotten, sodenn abgeseihet, und in reinen Bouteillen oder andern Gefäsen, an einem külen Ort, wol verwart.

Dieser Trank war sonst das algemeine Getränk der Kindbetterinnen in Frankfurt, und leistet wirklich gute Dienste. Er dämpft die Wallungen, Schärfe und Fäulnis; kült; verdünt; befördert den Umlauf des Bluts, nebst der Kindbetterreinigung; und ist also sehr dienlich, um der Verstopfung der leztern und denen daher entspringenden vielen Uebeln, als Kindbetfieber ꝛc vorzubeugen. Er kan auch sonst, bei andern Gelegenheiten, in- und auser dem Kindbet, worinnen dergleichen Trank zuträglich ist, nach Durst genossen werden.

Annemlicher wird solcher und auch meistens nüzlicher, wenn in jeder Mas Trank, 4 bis 8 Lot kleine Rosinen oder Weinbere-, auch, nach Gefallen, Zuker, mit gesotten werden. Und wenn das Sieden vorbei; so ist auch zuträglich, Zitronen oder Zimtschalen, auch wol bedes zugleich, in den siedheisen Absud, in selbst beliebiger Menge, zu werfen, und, wie oben beim Weichsel- und Hiftenwasser erwänt worden, genau verdekt, bis zum Erkalten, ausziehen zu lassen.

Burggrav, einer der ersten Praktiker seiner Zeit, rümte diesen Trank in seinem 1751 8vo herausgekommenen Buch, de aere, aquis et locis urbis Mœno-Francofurtanæ, ungemein; und meine eigene Erfarung bestätiget die Warheit dieses Vorgebens.

8 Eichel-Caffe.

Die äusere Hülse wird von den Eicheln abgeschält, der Kern klein zerschnitten, um solchen gemächlicher durchaus rösten oder brennen zu können. Man röstet da-

davon 2 - 1 1/2 Teile des Gewichts vom Caffe, und verfärt sonsten, wie bei Verfertigung des gewönlichen Caffe. Dies ist der Eichelcaffe zum medicinischen Gebrauch; welcher aber, in Ansehung seines Geschmaks, nicht jedermans Ding ist. Man kan demnach die Helfte Eicheln, nebst der Helfte Caffe, miteinander vermischen. Aber der Eichelgeschmak sticht doch noch sehr hervor. Am besten, zum täglichen Gebrauch, 1/3 - 1/4 Eichel und 2/3 - 3/4 Caffe.

In Schlafheit der Nerven und der festen Teile, in Verstopfung der Gekrösdrüsen, in Abzerung, Krampfhusten, Mutterbeschwerden, Starsucht, Cachexie und zurükbleibendem ;, auch schmerzhaftem Monatlichen, Krampf und Engbrüstigkeit, Durchfal, Knochen-Geschwulst, Engbrüstigkeit mit wäsriger Geschwulst, fallender Sucht und Nervenzuken, Sodbrennen, schwachem Magen und Magendrüken, gewiser Gattung Wassersucht, Blutstürzung aus der Mutter und andern Teilen, Dörsucht und Abzerung, auch vom zurükgetriebenen Ausschlag 2c, ist solcher bisher mit gutem Nuzen von verschiedenen berümten Aerzten, als Herrn Marx 2c, gebraucht worden; und in verdorbenem Appetit und saurem Aufstosen habe ich solchen bei mir selbst, und auch bei andern, sehr nüzlich befunden.

Von jedem Caffe ist beim Sieden der Schaum behutsam abzunemen, welcher eigentlich das schädliche : Wallung erregende Principium in sich hält, auf Kolen geworfen, fast wie Schwefel riecht, und Zittern mit Herzklopfen, veranlast. Recht mild wird der Caffe, wenn er mit 1/3 oder 2/3 getrokneten gelben Rüben, in kleine Würfel zerschnitten und gebrent, zugerichtet wird: nur ist solcher manchem zu ekelhaft süs. Kaum daß man ihn sonst vom ächten Caffe unterscheiden kan. Scorzonere und Wegwartenwurz sind auch gut. Frisch abgeschälte und ungetroknet gebrante Kerne; nicht minder das gemalene und etliche Tage lang aufbehaltene gebrante Pulver der Eicheln, geben einen annemlichern Caffe.

Ein halbes bis zu einem ganzen Quint zerstosenen Senfsamens zugleich mit abgesotten, tut bei schwächlichen, verschleimten, mit Schwindel und Taubheit behafteten Kranken, als ein wichtiges Magenmittel, grose Dienste. Bei zärtlichen, empfindlichen Mägen, welche nüchtern kein kaltes Mineralwasser vertragen können, leistet eine einzige Schale, Morgens beim Erwachen, oder eine halbe Stunde vor dem Brunnen genossen, meistens grose Dienste.

9 Von Sauerbrunnen.

Man trinke diejenigen Sauerwasser, welche nicht purgiren, nicht nach einen gewissen Mas, nicht nach festgesezter Zeit; sondern nach Masgabe des Appetits und des Dursts, entweder pur, oder mit Wein oder Milch ꝛc, nach Belieben, vermischt. Wenn nicht der Arzt, aus besondern Absichten, solches, nach Zeit, Stunde und Quantität, anderst zu bestimmen, für gut befindet. Auch die purgirenden Sauerbonnen erweisen, in minderer Quantität genommen, den nemlichen heilsamen laxirenden Effekt. Die Egrer Krüge sind seit langer Zeit merklich kleiner, und leisten doch die nemliche Wirkung. Sauerbronnenkrüge, werden im Keller am besten auf Holz gelegt, keineswegs aber auf Erde oder Stein. Man schütte nicht mehr aus dem Krug, als man auf einmal zu trinken verlangt, und trinke es gleich unmittelbar nach dem Herausschütten, indem solches noch Blasen wirft; weil sonst die Kraft verfliegt, und das Wasser ungeschmak und unkräftig wird.

10 Die Zubereitung des Schlehenblüt-Thees.

Man nimt 1 Quint 1/2 bis 1 Lot, oder eine kleine Handvol, frisch abgezupfte Blüten; brüht solche mit einer starken Viertelmas siedenden Wassers, in einer Theekannen, oder sonst wol verdektem Gefäs, an;

läst es einige Minuten, längstens eine Viertelstunde, wie einen Thee anziehen: und trinkt, so früh als Nachmittags, 4 bis 5 Stunden nach dem Essen, auch wol Nachts bei Schlafzeit, diese Portion jederzeit mit- oder ohne Zuker und Milch, nach und nach, warm oder überschlagen, unter langsamen Herumgehen, und ohne etwas, vor Verlauf einer Stunde, drauf zu geniesen.

Von den Bläten müssen blos die eigentlich so genanten weisen Blutblätgen, und dasjenige nur, was innerhalb solchen enthalten ist, genommen -, das auser der Blüte befindliche Grüne hingegen, weggeworfen werden; weil solches entweder keine, oder gar contraire, Wirkung äusert. Die Blüten sind auf jeden Tag frisch zu samlen; besonders bei hellem Wetter, und ehe die Sonne hoch am Himmel aufgestiegen ist: denn sonst sind die Kräften lang nicht so stark, weil im Regenwetter die viele Feuchtigkeit solche vermindert; und bei hoher Sonne die Hize sie in die Luft zerstreuet.

Wer diesen Thee nicht auch Nachmittags zu trinken Zeit oder Lust hat, der kan solchen nur früh und Nachts, aber jederzeit zu 1 1/2 Portion bis 2, auf einmal gebrauchen. Trinkt jemand Früh oder Nachmittags Caffe; so kan man beim lezten Sud, die Blüten in solchen hineinwerfen, und dadurch des aparten Schlehenblüt-Thees überhoben sein. Die dürren Blüten leisten lange nicht so viel, als die frischen. Sehr schiklich ist es demnach, aus den frischen Blüten einen Saft zu bereiten, welcher, in Ermanglung derselben, auch im Winter ihre Stelle zu vertreten, im Stand ist. Dieses geschiehet folgendergestalt: Man nimt 18 Lot frisch abgezupfte Schlehenblüte, brühet solche mit 1 Mas oder 2 1/2 Pfund siedendem Wasser an, sezt es, recht wol verdekt, damit keine Kraft ausdünste, ins Küle. Wenn es kalt worden, und 24 Stunden ruhig gestanden, prest man alles- mittelst einer reinen dichten Leinwand, scharf aus; macht das

ausgepreste (nachdem wieder eben so viel Wasser zugegossen worden, daß das ausgepreste auch wieder 1 Mas beträgt) wolverdekt von neuem heis, schüttet es neuerdings auf 18 Lot frische Schlehenblüten, verdekt es wieder wol, und läst es kalt werden; prest solches sodann abermalen aus: und verfärt zum 3ten und 4tenmal eben so, wie erst angezeigt worden ist. Daß also diese Mas Wasser auf 4mal, über 4mal 18, oder 72 Lot Schlehenblüte gegossen wird. Dieser 4mal ausgepresten Schlehenblüten-Anguß vermischt man mit eben so viel am Gewicht weisen Zuker, oder weisen Zukercand, läst es wol verdekt, bei gelindem Feuer, (dann starkes Feuer würde die besten Kräfte in die Luft jagen) eine Viertelstunde lang stehen. Alsdenn wird alles durch eine reine Serviette oder andre dichte Leinwand geprest, und im Külen, in einem wolverwarten reinen Gefäs, besonders einem Zukerglas, aufbehalten. Dieses ist ein gutes Laxir der kleinen Kinder, auch der Erwachsenen. Man gibt stündlich einem Kind 1/2 oder 1 Quint, bis es anzugreifen beginnt; einem Erwachsenen 1 Lot, in was es gefällig; am besten im Cafe, warmen Bier, Chocolade rc. Neugebornen wird eben dieser Saft, mit besserm Nuzen, stat des gewönlichen Mannasäftlein, theelöfelgenweise, gegeben. Dieser Saft behält seine Kräften 1 - 2 bis 3 Jare: auch noch, wenn er in Crystallen schiest; oder, wie man spricht, candirt. Doch ist es besser, ihn järlich frisch zu verfertigen, und den alten mit dem neuen zu vermischen.

Die Schlehenblüte besizen eine gelinde laxirende Kraft, eröfnen die Verstopfungen in den Eingeweiden des Unterleibs, ledigen den Schleim, besonders auf der Lunge, beim Husten und andern Umständen, wol ab, und sind eine gute Blutreinigung; geben deshalben zu Zeiten eine angeneme Frülingscur, und ein gutes Kinderlaxir, ab; besonders der Thee, wenn man ihn, auf die oben beschriebene Weise, in Gebrauch ziehet.

zieht. Wer zu Blähungen geneigt ist, kan nur etwas Zimt, Citronen-, Pomeranzenschalen, oder frische Schlüselblumen, zugleich mit der Schlehenblüten, anbrühen.

Auf solche Weise wird auch der Thee aus frischen oder gedörten Melissen, Salbei, Deumenthen, andern wolriechenden-, auch verschiedenen sonstigen Kräutern, z. E. Ehrenpreis, Gundelreben, Bitterkle 2c. Holder-, Wulfrautsblüten 2c bereitet. Doch sind diese Kräuter und Blumen nur zu 1/2 bis 1 1/2 Quint für eine Viertelmas Thee, zu nemen. Wolriechender Kräuter bedient man sich frisch am besten, indem ihre Kräfte, auch bei dem gelindesten und vorsichtigsten Austroknen, grosenteils verfliegen. Thee aus puren Kräutern und Blumen, sind blos mit heisem Wasser zu übergiesen, und nur, ohne alles Kochen, allein anziehen zu lassen. Denn durch kochen verfliegt sonst ihre beste Kraft, und das zurükgebliebene nimt dagegen einen unangenemen Geschmak an. Aber die aus Wurzeln zubereitet werdenden Thee, sind eine halbe oder ganze Viertelstunde lang, wol verdekt, auf Kolen zu kochen: denn sonst bleiben die besten Kräfte in den Wurzeln zurük.

11 Scorzonere-, Wachholderholz-, Queten-, Wegwarten-, Pfafenrörleintrank.

Man nimt 1 Pfund einer dieser Wurzeln frisch, säubert sie, schneidet solche klein, stöst sie, und siedet dieselbe mit 6 Mas Wasser so lang, bis ohngefär 1 oder 2 Mas eingesotten. Man läst sodenn alles kalt werden, giest das Flüssige ab, prest den Rest scharf aus, mischt das Ausgepreste dem Abgegossenen bei, läst alles wol verdekt über Nacht ruhig stehen, und sodenn das Helle ablaufen. Welches man, in zugemachten Geschirren, an einem külen Ort, wol verwart.

Man trinkt hievon Früh und Nachmittag, 3 bis 4 Stunden nach der Malzeit, auch wol Nachts, jedesmal, nach und nach, wenigstens 1/4 Mas, warm gemacht

macht oder auch kalt; bewegt sich dabei gelind, und, genieſt eine Stunde lang nichts darauf.

Wem solches gefällig, der mag nach Belieben Zu-ker, Zimt und Citronenschalen, beimischen.

Die Schärfe der Säfte zu dämpfen, solche zu verdünnen, die Verstopfungen und Verhärtungen in den Eingeweiden aufzulösen, anzufeuchten, Hize zu lindern; werden diese Getränke ungemein dienlich sein, deren man auch, besonders des Quetentranks, als eines ordentlichen Getränks, sich bedienen kan. Wegwarten- und vorzüglich Pfafenrörleintrank, sind insonderheit Personen zuträglich, welche erschlapte feste Teile und viele Säure haben. Man kan im lezten Falle, von Cardobenedicten, Bitterkle, Tausendgüldenkraut, nach Belieben, beimischen; um die Säure noch mehr zu dämpfen. 4 bis 6 Wochen, und wol noch länger, ist eine dergleichen Cur fortzusezen. Wenn man auch zu Zeiten solche, ein- oder ein par Tage, aussezt; so schadet dieses dennoch nichts: sie kan ohne Bedenken darauf noch weiter fortgesezt werden. Die Wegwartenwurzel mus die wilde sein, als welche mehr Bitterkeit und Kräften enthält. Ehe solche aufschieſt, blühet und einen holzigten Kern gewint, ist sie am kräftigsten. Wo nicht: so mus der Kern, als unnüz, weggeworfen, und nur die äusere, ihn umgebende, Schale, in Gebrauch gezogen werden. Bei Neigung zur Säure, welche vorzüglich auch aus dem sauren Aufstosen zu erkennen, ist, nebst einer mehr animalischen Diät, zum Getränk, Hüner- und Fleischbrühe, nebst Tisanen aus bittern Wurzeln, sonderlich anzuraten: Körbel und Eierdotter, auch die ganz frischen, meistens rohen Eier, unter den Speisen, nicht zu vergessen.

12 Habercur.

Man nimt wol ausgeklaubten, 10 bis 12 mal mit frischem Wasser abgewaschenen weisen Haber, 1 Pfund.

Warmes Wasser ist deswegen nicht dienlich, weil solches die Kräften herausziehet, und den Trunk trüb macht.

Frische wilde Wegwartenwurzel, klein geschnitten.
Nitri antimoniati, jedes 1 Lot.
Roten Sandel, 3 Lot.
Zuker, so viel gefällig.
Man kocht alles, mit 6 Mas fliesenden Wassers, so lang, bis ohngefär 2 bis 3 Mas verraucht sind. Das überbliebene gieset man ab, läst es über Nacht, wol verdekt, an einem külen Ort stehen; schüttet sodenn das Helle ab, und verwart es zum Gebrauch. Welcher der nemliche ist, wie der, der vorher erwänten Wurzeltränke.

Es ist dieser Habertrank, vorzüglich bei heiser Witerung oder in den Hundstagen, wegen seiner külenden und der Fäulnis widerstehenden Eigenschaft, nüzlich zu brauchen. Man wolte ihm, ohne die Tugenden, welche er mit vorbemeldeten Wurzeltränken gemeinschaftlich besizt, eine lebensverlängernde Kraft ehehin noch zuschreiben.

13 Molkencur.

Man neme 1 bis 2 Mas in der Frühzeit frisch gemolkene Küh- oder Ziegenmilch (die Frühmilch nimt man, weil sie, nach volbrachter Verdauung, die beste ist; die frischgemolkene, weil aus solcher noch wenig Kraft verflogen), welche blos allein mit Gras und grünem Futer gefütert worden (denn getroknetes Futer gibt schlechte, abkräftige, unschmakhafte und übelschmekende Milch), und da das Thier nicht unter 3, und nicht über 8 Jar alt ist (denn ist solches jünger, so ist die Milch wäsrig und unkräftig; ist es hingegen älter, so wird die Milch zu dik, zu scharf und zu kräftig befunden werden). Seze diese Milch über ein gelindes Feuer. So bald, oder besser; ehe sie noch zu sieden anfängt, wenn sie nur etwas heis worden; so gieset man entweder auf eine Mas Milch, 1 Löfel vol

guten

guten Weinesig, oder halb so viel Citronensaft; oder man wirft 1 Quint zart gepülverten Cremor tartari, oder Lab d. i. geronnene Milch aus Kälbermagen (welche eine fast specifische Kraft besizt, auch in geringer Quantität die Milch zum Gerinnen zu bringen), oder einige Löfel vol gestokter; recht saurer Milch, oder so viel säuerlichen Wein, oder auch dergleichen Bier hinein, rürt alles wol untereinander, und gibt Acht, ob die Milch sodenn gerint oder nicht. Im leztern Fal wird nochmalen die Helfte der nemlichen Säure, als wie das erstemal hineingetan worden, beigemischt, alles wieder herumgerürt; und dieses auch wol zum dritten- und viertenmal wiederholt, bis es wirklich anfängt zu gerinnen.

Alsdenn breitet man eine reine dichte Leinwand, z. E. eine Serviette, über eine, gleichfals rein gemachte Schüsel, oder anders dazu schikliches Gefäs; giest die geronnene Milch, nach und nach, langsam, darauf, prest solche aber ja nicht aus, sondern läst nur, was von freien Stüken durchlauft, hindurch fliesen. Und das ist die Molke: welche hel und durchsichtig gemacht werden kan, wenn man solche mit Eierweis abklärt; welches aber nicht so gar notwendig ist.

Man trinkt sie, auf die nemliche Weise, wie die Wurzeltränke: wie auch, stat ordentlichen Getränks.

Weil die Molke aus dem subtilsten Teil der Milch besteht, wovon fast alle fette und käsige Teile abgeschieden worden, auch schon durch die zartesten Gefäse des Thiers durchgelaufen ist, und die thierische Natur zimlich an sich genommen hat; so dient sie besonders zum Ernären, Anfeuchten und Külen; den schwachen, magern, hizigen, troknen, abgezerten, schwindsüchtigen Personen und Kindern; als welchen leztern man solche noch besser verfertigen kan, wenn die Milch mit Eiern vermischt, ein sogenanter Zinbrei gekocht, und das Flüssige davon durch ein Tuch geseiht wird. Man bekomt zwar wenige, aber vortreflich wolschmekende und den Kindern, welche mutterlos erzogen werden, zu

einer unvergleichlich gesunden Narung dienende Molke, welche durchaus narhaft ist, und nicht so viele Säure, (als wozu die Kinder ohnehin nur alzusehr geneigt sind) bei sich fürt; massen die Eier, womit erwänte Molke bereitet wird, der Säure nicht nur kräftig widerstehen, sondern auch der Molke selbsten einige narhafte Teile mitteilen. Vor-, auch wol unter-, oder nach diesen bisher erwänten Curen, wird es sehr dienlich sein, zu laxiren, aderzulassen oder zu schrepfen; wenn man nemlich sonsten sich daran gewönt hat. Andernfals können dergleichen Vorbereitungen füglich ganz unterbleiben. Manche vermischen mit der Molke, um solche annemlicher zu machen, 1/6 oder 1/8 Milch.

Um solcher stärkende Kräfte mitzuteilen, löscht man etlichemal, einen reinen neuen glühenden Bügelstal, oder ein glühend gemachtes reines- nicht rostiges Stabeisen, darinnen ab.

14 Rhabarbertinktur.

Man nimt 3 Lot zart gestosene und durchgesibte Rhabarber, 1 1/2 Lot reine Potasche; schüttet solche bede Stüke in eine Bouteille mit einem langen Hals, und 36 Lot Quel-, oder ein anders rein- und leichtes Wasser darauf, bindet sodenn die Bouteille mit einer Blase fest zu, schüttelt sie wol um, sezt solche in einen Topf oder Hafen kaltes Wasser; und diesen Hafen mit der Bouteille darinnen, an das Feuer; lässets zusammen eine halbe Stunde lang sieden; gibt aber dabei acht, daß die Bouteille ja unverrukt stehen bleibe, damit sie nicht zerspringe; und daß man, wenn die Blase, womit sie zugebunden worden, von der Hize auf- und in die Höhe getrieben wird, um das nämliche Springen zu verhüten, mit einer Nadel drein steche, und solches so oft wiederhole, als besagte Blase neuerdings in die Höhe steigt. Nach halbstündigem Sieden, zieht man den Hafen vom Feuer, ohne die Bouteille im geringsten anzurüren, und lässets miteinander kalt wer-

werden. Sodenn nimt man die kalt gewordene Bouteille heraus, öfnet solche, und läst die nun fertige Rhabarbertinktur, ohne das mindeste Auspressen, durch ein reines leinenes Tuch oder Löschpapir, laufen.

Wird sie auf die gewönliche Weise gekocht; so verfliegt just das kräftigste. Man siede die Rhabarber bei offenem Feuer nur eine einzige Stunde lang; so werden alle ihre Laxir-, und die meisten andern Kräfte, verraucht-, und verschwunden sein.

Weil diese Tinktur leicht verdirbt und schimlicht wird; so giest man ein klein wenig Brandewein, etwa einen halben, oder ganzen Löfel vol, gelind drauf; oder mischt solchen darunter.

Diese Tinktur ist ein sicheres Laxir, auch bei kleinen Kindern (welchen man solche, mit Caffe - und mit Zuker versüst, am besten beibringen kan). Sie eröfnet die Verstopfungen der Eingeweide, und stärkt solche, nebst dem Magen; hizt auch nicht, stat daß die meisten andern Laxire zu hizen pflegen; oder wenigstens, wie z. E. die Salze, den Magen und die Eingeweide erschlappen und schwächen. Die Dosis ist stündlich, bis es anzugreifen begint, 1 bis 2 Löfel vol: bei kleinen Kindern werden Caffelöfel verstanden.

Wenn man Zuker, gestosene kleine Rosinen, Citronen- Pomeranzenschalen oder Zimtrinde, vor dem Kochen, beimischt, und spanischen-, auch andern süsen Wein, stat des Wassers, nimt: so wird die Tinktur dadurch annemlicher.

Durch 1-, auch wol 2 Quint beigefügtes und zugleich mitgesottenes Elaterium oder Skammoneum, wird die laxirende Kraft dieser Tinktur merklich verstärkt; solche, dergestalt zubereitete, Tinktur aber, auch in geringerer Portion, als nur zur Helfte, auf einmal genommen.

Die Rhabarbertinktur hält sich nicht über einige Tage; und mus, an einem külen Ort, recht wol

verwärt, aufbehalten werden. So bald sich auf solcher etwas Schimmel ansezt; so ist sie meistens schon verdorben.

Die beste Potasche sieht recht weis:, oder ganz blau oder blaugrünlich aus, darf keine Kolen oder andere Unreinigkeiten in sich enthalten, mus auch ja nicht feucht, sondern recht troken sein. Zum eilfertigen Gebrauch tut man am besten, die benötigte Quantität, aus dem innersten eines nur erst zerschlagenen grosen Stüks, als welche noch keine Luft berürt und verdorben hat, zu nemen. Ist aber keine andere, als nur unreine, graue, mit Kolen, und andern Unreinigkeiten vermischte, Potasche zu haben; so kan man sich solche folgendergestalt auf das beste und reinste zubereiten. Man nimt die unreine Potasche, schüttet 6, 8, oder 10 mal so viel kaltes Wasser, als es an Gewicht hält (z. E. 1 Pfund Potasche, 6, 8, bis 10 Pfund, kaltes Wasser) in einen steinernen, oder andern wol verglasten, recht reinen, am besten neuen, Topf, darüber; läst es im Külen stehen, rürt alles mit einem Holz oftmals untereinander, so lang bis auf dem Grund des Gefäses nichts mehr von der Potasche, sondern nur Unreinigkeiten, zu erbliken sind. Man läst sodenn das Klare, bis auf die Unreinigkeiten, durch ein reines recht dichtes Tuch z. E. eine starke Serviette, laufen, und darnach in einer eisernen Pfanne (irdenes Geschir wird von der Potasche zerfresen, vom Mesing aber metallische Teile und Grünspan durchs Kochen aufgelöst) ganz einkochen; wenn es in der Pfanne troken zu werden begint, so mus es fleisig herumgerürt werden, sonst sezt es sich steinhart auf dem Grund der Pfanne an, daß es gar nicht herausgeschlagen werden kan. Ist sie ganz troken, so wird solche auf ein starkes dichtes Papir geschüttet, und wann sie etwas erkaltet, in einem Glas, mit Blase fest verbunden, an einem trokenen Ort aufbehalten. Schlecht: oder an einem feuchten Ort verwart, wird sie feucht und verdirbt. Eine dergestalt eingesottene Potasche ist, wie ein Sal tartari oder Weinsteinsalz, zu benuzen.

Kal:

Kaltes Wasser mus deswegen dazu genommen werden, damit sich die in der Potasche enthaltenen fremde Salze, z. E. vitriolisirter Weinstein nebst andern Unreinigkeiten, welche im kalten Wasser unaufgelöst zurük bleiben, nicht auch mit der Potasche zugleich, im warmen Wasser auflösen, und solche neuerdings verunreinigen.

15 Quas-Decoct.

Man nimt 4, 6, bis 10 Lot Quas, geraspelt, am besten mit einer Feile zerrieben (oder auf jedes gemeine Pfund Wasser 1 bis 1 1/2 oder 2 Lot zart gemachtes Quas) siedet es mit 4 Mas Wasser, wolverdekt, in einem irdenen Gefäs so lang, bis die Helfte eingesotten, sodenn wird es abgeseiht, und in Bouteillen oder steinernen Krügen, wol verwart.

Gebrauch.

Man nimt hievon, des Tags durch, etlichemal, sonderlich Früh und Nachmittags, alzeit 2 - 4 bis 12 Lot, oder 1 bis 2 Caffetassen vol, auf einmal.

Es ist eine Hauptmagenarznei, und in schlechter Verdauung, bei vielem Schleim, Säure, Blähungen; in Nerven-, auch eingewurzelten arthritischen- und Mutterumständen, von vorzüglichem Nuzen. Mittelst seiner stärkenden und resolvirenden Kraft, hat es sich auch bei starkem Speichel- und übermäsigem Harnflus, hektischen Nachtschweisen und Durchfällen, im zurükgetretenen und knotigen Podagra; im Schlag und der Wassersucht; in Blutstürzungen, sonderlich aus der Mutter, sehr heilsam erwiesen. Anfänglich ist solches in Amerika gegen die Faulfieber angewandt worden.

Ein Sclave, Namens Quassi, hat dieses bis dahin geheim gehaltene Mittel, dem Herrn Dalberg offenbart, welcher es alsdenn dem Herrn von Linne, seinem Landsman, mitgeteilt hat.

16 Kräuterbrühen.

a Brunnenkresbrüh.

Man kocht von Kalb, oder magern Rindfleisch, so viel, daß eine gute kräftige Brüh von ohngefär 2 Mas, übrig bleibe. Ist das Kochen vorbei, und die Brüh fertig; so giest man solche ab, in einen wol ausgewaschenen Topf, wirft dazu recht frischen Brunnenkres; auf jede Mas 3 - 4 bis 6 Lot, läst solches wolverdekt noch ein parmal aufsieden, rukts alsdenn vom Feuer, und stelt es an einen külen Ort, bis alle Wärme verschwunden. Man räumt sonach das gestandene Fet oben weg, giest die helle Brüh ab, und verwart solche, die Fäulnis zu verhindern, an einem külen Ort.

Gebrauch.

Hievon früh, eine Stunde vor, oder nach, am besten stat des Frühstüks; Nachmittags um 4 oder 5, auch wol Abends, eine Stunde vor Schlafzeit, trinkt man 2 bis 3 Caffetassen vol, oder 1/4 Mas (damit die Kräfte nicht verfliegen) in einem verdektem Gefäs, warm, aber nicht alzuheis, noch vielweniger siedendgemacht, nach und nach, beim Herumgehen; macht sich etwas Bewegung dabei; auch wol darnach, und geniest eine Stunde lang nichts darauf. Trinkt man eher, so ist die Verdauung noch nicht volbracht, und die Brüh kan also keineswegs ihre gehörige Wirkung tun; weil sich solche alsdenn mit denen, im Magen noch zurükgebliebenen, unverdauten Speisen vermischt. Aus eben diesem Grund geniest man auch eine volle Stunde nichts, weder vorher noch darnach.

Kräuterbrühen haben den nemlichen Nuzen, nur in etwas mindern Grad, wie die Kräutersäfte, und werden an deren Stat gebraucht:

1) Wenn man wegen Jarszeit die Kräuter zu Säften nicht zu erhalten vermag.

2) Wenn bei zärtlichen Naturen und empfindlichen Nerven, sonderlich der Magen schwach, und die Kräutersäfte oder andere Arzneien nicht vertragen werden können.

3) Wenn sonst für Arzneien ein Ekel vorhanden.

4) Bei Personen, welche mit vieler Säure oder saurem Aufstosen geplagt sind, als wogegen die Fleischbrühen vortreflich befunden werden; auch bei denenjenigen, welchen der thierische Schleim oder Leim mangelt; als bei schmächtigen, hagern, abgezerten Personen, so Ernärung bedürfen, und keinenfiebrischen Anfällen unterworfen, sind solche von vorzüglichem und bessern Nuzen, als die Kräutersäfte selbst. Indeme sie die Säure dämpfen, und den thierischen Leim und Schleim unmittelbar ersezen; weil die Fleischbrüh selbst nichts anders, als einen thierischen Leim und Schleim vorstelt. Denn wenn eine Fleischbrüh in die Kälte gesezt wird; so gerint solche alsobald in einen Leim oder eine Gallerte zusammen. Sie wikeln die Schärfe ein, versüsen das Blut, und die andern Säfte des Körpers, teilen dem Körper eine recht gute und gesunde Narung mit, lösen die Verstopfungen in den Eingeweiden auf, stärken solche, und geben sehr gute Vorbauungs-, auch wirkliche Krankheitscuren ab, welche schon öfters Hülfe geleistet, wo alle sonstige, auch die besten, Mittel, bereits vergeblich angewendet worden waren.

b Oder

Man nimt z. E.
Celeriwurzel.
Haber- oder Scorzonerewurzel.
Petersilienwurzel.
Dunkelgelbe Rüben.
Endivi.
Die Sprossen oder zarten Bläter vom braunen Kol, jedes 5 Lot.

Schnei-

Schneidet alles klein, sezt es mit so viel magern Rind-, oder Kalbfleisch, und einer geringen Quantität von gehörigen Gewürzen zu, daß ohngefär 2 1/2 bis 3 Mas kräftige Brüh zurukbleiben. Auf die lezte wirft man noch sauber gereinigtes Kerbelkraut, nebst Brunnenkres, von jedem 2 Lot, hinein: läst alles abermal 3 bis 4 Minuten wolverdekt zugleich mit sieden, rükts sodenn, unaufgedekt, vom Feuer; lästs kalt werden, und verfärt damit gleichergestalt, wie oben bei der Brunnenkresbrüh gedacht worden.

Ohne die bereits erwänten Wurzeln und Kräuter, kan man noch vielerlei zu den Kräuterbrühen anwenden; nach Beschafenheit der Personen und ihrer kränklichen Umstände z. E. Queken-Wegwartenwurz, weise Rüben, Bachbonen, Gartenkres, Gundelreben, Schafmäulein, Merrettig u. s. w.

Bei hagern und dürren, schmächtigen, schwindsüchtigen Personen ohne Fieber läst man, um die Brüh schleimiger zu machen, gerändelte Gerste, Kalbsfüse, sonderlich auch Schneken, beifügen und mitkochen, z. E. auf eine Mas Brüh, 3 bis 6 Lot Gerste, 1 oder 1 1/2 Kalbsfüse, oder auch 6 bis 12 Schneken. Und bei alzuvieler Säure, einige Krebse, worunter die sogenanten Steinkrebse d. i. diejenigen, welche in Bächen unter Steinen gefunden werden, den Vorzug verdienen; weil sie meist jung, nicht alzuhart, auch, da solche dem frischen laufenden Wasser immer ausgesezt sind, nicht so viel von Sumpf und Schlam in sich ziehen, wie diejenigen, welche sich in den Löchern enthalten; vielleicht auch eine bessere Narung geniesen.

Alle Wurzeln werden mit dem Fleisch zugleich ans Feuer gesezt und gesotten; von den Kräutern sezt man hingegen nur diejenigen, mit dem Fleisch zugleich zu, welche keine flüchtige-, d. i. mit dem Geruch leichtlich zu vermerkende Bestandteile, in sich enthalten, z. E.

Salat-

Salat-, Endivi. Solche Kräuter hingegen, an welchen etwas flüchtiges oder ein Geruch, zu verspüren (dergleichen Brunnenkres, wenn er zerrieben worden, Petersilien-, Kerbelkraut), diese werden in der lezten Zeit des Siedens, und zwar deswegen zu solcherZeit erst, beigemischt, damit sich ihre Kräfte zwar in die Brühe ziehen, durch alzulanges Sieden aber in der Luft nicht ganz und gar zerstreuen mögten.

17 Brunnenkressaft.

Man nimt von solchem Kraut, so frisch als es zu haben ist (denn wie der Brunnenkres welk wird; so verliert er auch seinen Geschmak und Kräfte. Gedörter Brunnenkres ist zugleich, nebst dem Geschmak, aller seiner Kräfte ganz und gar beraubt. Ungereimt und lächerlich kommt es demnach heraus, gedörten Brunnenkres als Pulver zu gebrauchen, welches nichts anders als den toden Körper desselben vorstelt), 1 bis 2 Pfund wenigstens, säubert und wäscht es mit kaltem Wasser zu wiederholten mal wol ab, (nimt sich aber dabei wol in Acht, daß man die Bläter nicht zerquetsche, weil aus solchen sonst die beste Kraft mit weggewaschen wird); prest ihn alsdenn, mittelst einer Presse, auf das schärfste aus; verwart den Saft in einer wol zugemachten Bouteille an einem külen Ort, und schütelt denselben, vor jedesmaligem Gebrauch, wol um. Hievon wird Früh, Nachmittags, auch wol Nachts, eine Portion genommen; und zwar dergestalt, daß man mit 1/2-, 1 oder 2 Lot den Anfang mache, aber täglich mit 1/2 Lot, bis zu 3-, 4-, 6 ja 8 Lot, für eine Portion, aufsteige: hiemit 2-, 3-, 4-, 6-, 8 Wochen fortfare; sodenn auf eben gemeldete Weise wieder absteige. Man bewegt sich dabei gelind, geniest auch wol, wenigstens eine halbe Stunde lang, nichts darauf. Wer aber gewont ist, zu frühstüken, oder Vesperbrod zu speisen; der mag es eine Stunde vorher oder darnach immerhin tun. Unmitelbar vor dem Anfang der Cur kan man laxiren, aber nicht mehr, nachdem solche ge-

endigt worden, weil die, nunmehr gereinigten, Säfte, im Leib zurük bleiben sollen. Es ist eine der besten Blutreinigungen, auch im Scharbok; dämpft die Säure vorzüglich; zerteilt den Schleim und treibt den Urin. Ist in langwürigen drükenden Magenschmerzen, in allen Krankheiten der Lunge, auch wenn solche bereits anbrüchig worden, aber doch noch keine sonderliche Fieberbewegungen vorhanden, ein treflich Mittel. Vom November an, bis zu Ende des Februars, ist solcher am vorzüglichsten zu brauchen; weil er zu dieser Zeit in seiner besten Kraft steht, auch vom Froschleich und andern Unreinigkeiten gar nicht, oder wenigstens nicht so stark, wie sonsten, beschmuzt ist. Die weisen, ihm anhangenden, Fäsergen, sind keine Würmer, wie sich der gemeine Mann fälschlich vorstelt, sondern Wurzeln; und können ohne Bedenken mit genossen werden. Der Saft geht zuweilen besser nieder, wenn er mit Zuker oder Fleischbrüh vermischt wird. Wer solchen des Magens wegen scheuet, dem bleibt unverwert, etwas condirte Pomeranzen, Citronat, überzukerten Anis, Fenchel, oder eingemachten Ingwer, drauf zu geniesen; auch wol etwas von der Brüh, worinnen der leztere aufbehalten worden, dem Saft beizumischen. Steht jemand dieser Saft nicht an, und kan sich auf seinen guten Magen verlassen; so tut der Brunnenkres, als Salat genossen, die besten Dienste. Doch, daß solcher mit Salz, Esig und reinem Baum-, oder Provenzeröl, dergestalt zubereitet werde, daß man besagtes, Salz Esig und Oel, in ein Glas mit einem engen Hals, z. E. in eine kleine Bouteille, oder einem Arzneiglas, zusammenmische, und hernach so lang herum schütle, bis sich alles in eine gelbe undurchsichtige Masse verwandelt hat; dergestalt, daß kein Tropfen Oel, nur oben aufschwimmend, mehr zu erbliken sei. Auf solche Weise wird die Zähigkeit des Oels sowol, als die Schärfe des Esigs gedämpft; und bedes, in seiner Vereinigung, ist nicht nur dem Magen nicht nachteilig, sondern gibt auch

ein

ein gutes urintreibendes Mittel ab. Auf dem Teller lassen sich Oel und Esig, auch durch die langweiligste Arbeit, nicht so gut vereinigen, als in sehr wenigen Augenbliken, mit Hülfe des Herumschütelns, im Glas. Man wende nicht ein, daß sich, auch nach dem stärksten Umschüteln, Oel und Esig dennoch wieder von einander absondere, und jenes von neuem oben aufschwimme. Bede, sowol das Oel als der Esig, bleiben trüb: zum klaren Beweis, daß bederlei Flüssigkeiten zum Theil noch miteinander verbunden seien; welches auch der Geschmak bekräftigt: denn das oben schwimmende trübe Oel ist lange nicht mehr so zäh und klebrig, hat auch noch überdis einen Esiggeschmak angenommen; der Esig hingegen bleibt trüb, und hat vieles von seiner Schärfe verloren.

Auf solche Weise werden alle Salate am besten zubereitet. Spek und Schmalz, welche öfters, stat des Oels, darzu genommen werden, sind dem Magen lang nicht so zuträglich, können auch nie so innig mit dem Esig vereinigt werden, als das Oel; wie bereits oben erwänt, und hier wegen des häufigen Genusses des Salats, mit gutem Vorbedacht, wiederholt worden.

Auf die gemeldete Weise werden alle übrigen Kräutersäfte bereitet. Sie müssen aber 4-, 6-, 8 Stunden eingeprest stehen bleiben, und durch die Presse nach und nach immer schärfer zusammengedrükt werden; weil anfänglich nur das wäsrige der Pflanzen abgeht, auf die Lezte aber erst der eigentliche kräftige Saft nachfolgt; von den Pflanzen hingegen sodenn nichts auf der Presse zurük bleibt, als ein unschmakhaftes und eben so trokenes Gemische, fast wie Stroh. Vom Maimonat an bis in September ist sich dieser Kräutersäfte am besten zu bedienen, weil die besagten Kräuter zu solcher Zeit meistens in ihrer vollen Kraft stehen Die Zeit des Brunnenkressafts hingegen ist, wie oben gedacht, von October an, bis in den Monat Merz, die beste.

18 Salatkur.

Man neme einen Teller vol frischen Kopfsalat, worunter der vierte Teil, zarter Sauerampfer oder Sauerkle gemischt ist, bereite solchen, wie gewönlich, mit Esig und Oel; oder, stat des Oels, mit frischem Ram und Zuker; und speise ihn solchergestalt einige Tage hintereinander: am besten, bei lerem Magen.

Es gibt dieser Salat eine gute Frülingskur ab, erfrischt die Blutmasse, laxirt zuweilen gelind, und fürt solchergestalt das Böse ab, was den Winter über, bei unterlassener Bewegung ꝛc im Magen und den Eingeweiden des Unterleibs, sich gesamlet hat

Denenjenigen, welche viele Säure im Magen empfinden, die sich durch saures Aufstosen ꝛc verrät, kan am besten geraten werden, wenn sie, stat dieses Salats-, oder zugleich mit solchem, oder auch allein, einen Teller vol Brunnen- oder Gartenkres, oder Löfelkraut, oder bederlei zusammen, mit-, oder ohne beigemischtem Zuker, speisen; und den Sauerampfer oder Sauerkle, nebst dem Ram, ganz weglassen.

19 Erd-, Himber-, Kirschen-, Zwetschgen-, Traubenkur.

Man neme von diesen, aber volkommen reifen, Früchten, in den ersten 2 oder 3 Tagen nur wenig auf einmal, und bei lerem Magen, also 1 Stund vor- oder nach der Malzeit, zu sich; am besten in freier Luft, und bei vieler Bewegung. Nach Verflus dieser Zeit kan man sich völlig darinnen sat essen; auch wol etwas zartes weises Brod, oder Zwibak dazu speisen. Aber eine Stunde vorher oder darnach noch sonsten was zu essen, gehet nicht wol an.

Die Speisen dabei sollen blos aus Wurzelwerk und etwas gebratenem, bestehen; bei der Malzeit aber weiter nichts von Obst, aber wol ein gutes Glas Wein, zugleich mit genosen werden. Speist man die Früchte unter dem Baum selbst; so hat man den Vorteil, blos

das

das beste zu wälen, und nichts anders, als das auserlesenste, zu geniesen.

20 Schnekenkur.

5 - 6 rote Waldschneken, welches die besten sind, oder, stat deren, die ordentlichen gemeinen, aber gereinigten, werden, erstere ohne solche auszunemen, zu einem Brei gehakt, mit 1 - 1 1/2 Schoppen Wasser, Molke, Caraffel-, oder Klettenwurzdecoct, wol verdekt, gekocht. Da sie denn sich sehr geschwind auflösen; sodenn abgeseiht, durchgepreßt, mit einer Portion Molke oder magerer Rind-, oder Kalbfleischbrüh, worin Kerbel und Sauerampfer gekocht worden, vermengt: und so, alle Morgen, 3 bis 6 Wochen lang, als Cur, so Früh als Nachmittag, getrunken. Doch müsen, ehe eine dergleichen Cur angefangen wird, Magen und Gedärme vorher wol ausgereinigt sein.

Durch diese Cur wird der tierische Leim oder Gallert, aus welchem, und den erdigen Teilen, alle feste Teile des Körpers zusammen gesezt sind, unmitelbar ersezt; alle, auch alcalische Schärfe, auf das festeste eingewikelt. Sie gibt, nach verlornen guten Säften und Kräften, nach schweren Krankheiten, Blutverlust, alzustark getriebenem Venusspiel, das kraftvolste Mittel ab. Ist also, bei Abname des Körpers, oder Abzerungen, Entkräftungen von oben angefürten Ursachen; auch im hectischen Fieber, ob es gleich von laugenhafter Schärfe und Eiter entstanden u. s. w., ein unverbesserliches Mittel. Auch erwekt solche oftmals Lust zum Beischlaf, wo alle andere, noch so sehr angerümte, Mittel, als Chocolade 2c, nicht das mindeste bewirken. Wie erstaunlich gros die bindende Kraft dieses, in der Brüh enthaltenen, Schnekenleims, oder dieser Gallert sei; ist daher ersichtlich, weil solche, wenn deren auch nur ein einziger Tropfen, auf Leinwand fält, nimmermer ausgewaschen werden kan: und wenn etwas davon zwischen Papir komt; so wird solches allezeit

eher, an allen andern Orten von einander reissen, als dorten, wo die Schnekenbrüh hingefallen.

21 Eierkur.

Man vermische das Weise und gelbe von 1-, 2-, 3 oder 4 frisch gelegten Eiern, mit Fleischbrüh, Molke, u. s. w., seze allenfals noch etliche Unzen durch Gärung bereitetes Pfafenrörlein-, oder 3 bis 4 Lot Pfefermünz-, oder Deumenthenwasser dazu, auch wol, stat des leztern, eben so viel guten alten Wein; und trinke diese ganze Portion Morgens nüchtern. Dieses ist ein sehr bewärtes Mittel in der Magerkeit, leistet auch oftmals in der Gelbsucht und Schärfe der Säfte gute Dienste. Man spricht sonst, obwol nicht alzu richtig: " ein frisches Ei gebe so viele Narung als ein „ Pfund Fleisch." Dergleichen Eier sind sehr nahrhaft, und leicht verdaulich.

Auch die Austern tun beinahe das nämliche, wenn deren täglich, frisch, 30 bis 50 Stüke wenigstens, verschlukt werden.

22 Etwas vom Lohstaub.

Ist derjenige Staub, welcher sich von der gestampften Eichenrinde in den Lohmülen, auf den Balken und andern Orten derselben, anlegt. Wenn man solchen, mit Pomeranzenblüten, etwas Zimt, Nelken, Muscatnus, oder Rosenholzpulver, vermischt, in ein Säkgen oder einen breiten Gürtel fült, solchen durchnähet, mit rotem Wein, Lebens- oder Kinderbalsam, Ungarischem-, Carmeliterwasser, oder andern stärkenden Mitteln angefeuchtet, auf dem blosen Unterleib, (je gröser und breiter, je besser) trägt, und nach und nach immer fester anzieht; so äusert solcher ungemeine stärkende Kräfte. Der a la Garaye daraus verfertigte Extract, erweist sich ausnemend wirksam in allen hartnäkigen kalten Fiebern, wie die Chinarinde selbst: stat deren solcher von manchem Arzt, mit gutem Erfolg,

folg, gebraucht worden. Als Aufschlag mit Wein, besonders rotem, oder mit Wasser verdüntem Brandwein, ist er ein vortreflich Mittel im Brand, und in eingeklemten Brüchen.

23 Magenarzneien.

1) Pomeranzen Essenz.

a) Mit Wein, (Essentia corticum aurantiorum cum vino malvatico, genant.)

Man nimt, des Gelben von Pomeranzenschalen, zart gestosen, 8 bis 12 Lot.
Gereinigter Potasche, 1 Lot.

stöst alles untereinander, giest in einem Glas darüber, Spanischen, Canarien, Alicante, Malaga, oder Tokayer, Wein, 1 Mas oder 48 Unzen.

Lässets etliche Tage, an einem warmen Ort, z. E. hinter dem Ofen, oder in warmer Asche, stehen, schütelts oftmals um, giests sodenn ab, prests aus, lästs abhellen.

Hievon Früh, auch vor-, oder nach Tisch, 1/2 - 1 Löfel vol genommen.

b) Nimt man, stat des Weins eben so viel guten abgezogenen Brandwein; so nennet man diese Essenz, Essentiam corticum aurantiorum spirituosam, welche aber ungleich hiziger ist, als die vorige.

Eben so wird auch die Cascarilrinden, und weise Bibernel-Essenz verfertigt.

Diese Essenzen stärken den Magen und die Eingeweide; den Appetit, die Verdauung; die Chylification, und Sanguification: erhalten auch das Blut in seinem natürlichen Zustand, oder stellen solchen wieder her; treiben auch die Blähungen 2c.

Frische, auch nicht ganz zeitige, sondern noch gelbgrünliche Pomeranzenschalen, sind die besten.

Frauenzimer, welche ihr Monatliches in weniger Quantität, unordentlich oder gar nicht fliesend haben, müssen sich vor Pomeranzen in Obacht nemen. Denn

Denn sie stillen jeden Blutflus ziemlich stark; wie die Erfarung, nach Hamilton und andern, mich gelert hat.

2) Wermut-, Deumenthen-, Bitterkle-, Tausendgüldenkraut-, Cardobenedicten-Essenz.

Wenn diese Kräuter eben im Begrif sind aufzublühen; so sollen die Bläter abgezupft, ein wenig im Schatten getroknet, in ein Glas gefült, und alsdenn ein guter Brandwein nur so weit darüber gegosen werden, daß solcher mit den Kräutern gleich hoch zu stehen komme.

Man läßts auch 8-14 Tage, 3-4 Wochen, unter oftmaligem Umschütteln in der Sonne, im Winter hinter den Ofen stehen, giesets sodenn ab, preßts aus, läßt sichs abhellen: so ists fertig.

Wird, wie die vorhergehenden, genommen, zu 40-80 Tropfen; in Wein, oder sonst was Flüßigem.

Wermut ist den Augen schädlich; Deumenthen, besonders auch die Pfefermünze, ist fast das beste Magenkraut: Bitterkle ingleichen; als welcher auch in Brustumständen, nebst der Cascarilessenz, dienlich befunden wird.

3) Ein guter Magenwein.

Man neme

Enzianwurz,
Cascarilrinde,
Bitterkle,
Das Gelbe von Pomeranzenschalen,
jedes 2 bis 6 Lot.
1 Lot reine Potasche.

Stose alles klein, fülle solches in ein Glas, giese darüber

2 Mas alten Wein,

und verfare eben so, wie bei Nro 1 zu lesen.

Wird, zu einen Spizglas vol, in den nämlichen Umständen, wie Nro 1 gemeldet worden, gebraucht.

Wer zur Verstopfung geneigt ist, sezt 1-, 2 bis 8 Lot Sennesbläter, klein gestosen, mit an.

Ver-

Verspürt jemand viele Säure und saures Aufstosen; so ist gut, denen Jngredientien noch 1/2 bis 1 Lot gedörte recht frische, Ochsen- oder Schweinsgalle, beizumischen: es wird aber dieser Wein sehr bitter davon. Deshalb laße ich lieber 2 - 8 Gran dieser Gallen, in Pillenform, zugleich mit dem Wein, nemen.

4 Die Hallische *Essentia amara.*

Deren Gebrauch überal bekant ist.

Man mischet folgende Essenzen zusammen, von
Rheinfarn-
Bitterkle-, jedes 2 Lot.
Weiser Bibernelwurz-
Angelicawurz-, von jeder 1 1/2 Quint.
Epheugummi-
Agtstein-
Roten Enzian-, von jedem 1 Quint.

Die gewönliche grüne Farbe, glaubt man, habe diese Essenz dem Grünspan zu danken: und das wäre nicht gut.

5) Elixir Robert Whytts.

Man nimt
des Pulvers von der Chinarinde, 8 Lot.
Vom rothen Enzian -
Vom Gelben der Pomeranzenschale -
jedes 3 Lot.
übergiest es mit 4 Pfund (96 Lot) Franzbrandwein, läßts, in warmen Sand gestelt, 6 Tage lang, digeriren; alsdenn durchgeseihet.

Der Erfinder dieses Arzneimitels mischte oftmals unter ein Pfund dieses Elixirs, 1-, oder merere Unzen Lavendelgeist (Spiritus lavendulæ compositus Pharmacopoeae Edimburgensis). Personen von hiziger, trokener Constitution, oder mit Fieber und Auszerung

zerung behaftete, nemen, stat Franzbrandwein, einen andern tüchtigen Wein; (wie oben Nro 1), oder einen alten guten Rhein=, auch Frankenwein.

" Dieses Mittel ist von so ausnemend herlicher Kraft und Wirkung, daß ich solches in meiner Praxis nicht missen möchte. Es gibt eine Panacee für alle hypochondrische Kranke ab; und ist auch sonsten in allen andern Uebeln, als ein unvergleichliches Magenmittel, bewärt erfunden. Unzelige eigene Erfarungen haben mich hievon überzeigt: conf. Perill. Baldinger Pharm. Edimburg. edit. II, pag. 351."

6) Magenelixir.

Man nimt Extract von Bitterkle
Enzianwurz, jedes 3 Quint.
Cascarilrinde
Quassiaholz
Wesentliches Chinasalz, von jedem 1 Quint.
Des Gelben von frischen=, vorzüglich noch nicht ganz zeitigen, Pomeranzen, 1 1/2 bis 2 Lot.
Bläterige Weinsteinerde 4=8 Quint.
Zimt.
Myrrhen.
Safran.
Nelken, jedes 1 Quint.

Was zu zerstosen, klein gestosen, und wie Nro 1 angestelt; auch mit eben soviel Zimtwasser mit Wein=, oder Quitenzimtwasser=, oder auch Deumembenwasser mit Wein abgezogen=, nicht minder dem Pfefermünzwasser=, endlich auch halb Zimtwasser mit Wein, und halb Schwarzkirschenwasser: im Gewicht, wie Nro 1.

7) Doctor Kleins verbessertes Hofmannisches Visceralelixir.

Man nimt

des Gelben von frischen Pomeranzenschalen, 3 Lot, stöst solche in einem steinern oder eisernen Mörser zu einem Brei, tut noch darzu

Extract von rotem Enzian -
Cardabenedicten, und
Tausendguldenkraut -
Wässerigen der Cascarilrinde -
Myrrhen von jedem 2 - 3 Quint.
Zerflossene bläterige Weinsteinerde-,
3 - 4 - 6 Quint.

Wird eben so angestelt, wie das ersterwänte Nro 5; und auch eben so gebraucht. Zu sechzig bis hundert Tropfen, oder einem starken halben, bis 1 kleinen Löfel vol: in Wein, Bier, Wasser, oder auf Zuker getropft, auf einmal.

" Bei allen langwürigen Krankheiten sind die stärkenden Mittel, Magenstärkende besonders, nötig und unentberlich: als durch deren lang fortgesezten Gebrauch, die Verdauung befördert, ein guter Narungssaft erzeugt, also nach und nach die üble Beschafenheit der Säfte verbessert wird: wodurch denn auch sogar selbst unheilbare Krankheiten, wo nicht gänzlich gehoben, doch wenigstens erträglicher gemacht werden. Aus volkommen guten Gründen versprechen sich demnach die grösten Aerzte, von stärkenden und Magenmiteln die vorzüglichste Hülfe in den meisten langwürigen Krankheiten, als Hypochondrie, Gicht, Podagra, in mancherlei Gatungen der Cachexie, und dadurch in Unordnung gebrachten verschiedenen Auslerungen des Körpers. In der, nach schweren, heftigen Krankheiten, zurükgebliebenen Schwäche; gegen welche denen Genesenden solche Elixire, von den meisten Aerzten, mit dem besten Erfolg, verordnet werden.

" Dieses ersterwänte vom Klein und andern verbesserte Hofmansche Visceralelixir ist alles Rums und Preises würdig, und verdient billig das höchste, unumschrenk-

schrenkte, ja ein algemeines Lob. Es besizt ausnemende, ihm vorzüglich und ganz besonders eigentümliche Kräfte, die, durch hizige oder langwürige Krankheiten, verlornen Kräfte, volkommen wiederherzustellen. Auch bei Frülingscuren, ist sehr dienlich, Vormittags und nach Tisch, eine Portion von solchem zu nemen; damit durch die Kräutersäfte, Molke, Mineralwasser u. s. w. der Magen nicht geschwächt, sondern die Verdauung vielmer befördert werde. Schon seit langer Zeit bediene ich mich dieses unvergleichlichen Mitels fast bei allen meinen Kranken sehr häufig, und in reichlicher Menge: und nie hat solches meine Hofnung getäuscht."

Dieses sind die, meistens eigenen, Worte des Herrn Geheimden Rat Baldinger, dieser hauptsächlichen Grundsäule und Zierde unserer Wissenschaft, S. 352, 354, der von Ihm so vortreflich bearbeiteten Edimburgischen Pharmacopoee, 2te Ausgabe 1784, 8. Also nach genossenen harten, unverdaulichen, oder auch vielerlei Speisen, bei überladenem, verdorbenen, schwachen Magen, Eingeweiden und Appetit, z. E. nach Gastmälern, auf Reisen, bei Frülingscuren, in fast allen langwürigen Krankheiten, als Hypochondrie, Cacherie, Gicht, Podagra, und dadurch in Unordnung gebrachten Auslerungen des Körpers; bei übel beschafenem Blut und andern Säften; bei, von allen heftigen, schweren Krankheiten, zurükgelasener Schwäche, zur Stärkung: gegen Blähungen u. s. w., ist dieses Visceralelixir ein souveraines, höchst nüzliches und unentberliches Mittel.

Ein alter, genereuser, geistvoller, hieländischer Wein ist denen ausländischen meist vorzuziehen: weil leztere so oft unächt; und, wenn solche süs, meistens nicht ausgegoren, und, wegen ihrer Zähigkeit, untüchtig sind, die Kräfte aus den Ingredientien des Visceralelixirs auszuziehen, und in sich zu behalten.

24 Ver-

24 Verschiedene Gattungen Laxire, welche sicher zu gebrauchen.

A Bei Erwachsenen

a Pulver.

1) Gemeines Laxir-Pulver. Man neme die Jalapenwurzel, welche nicht wurmstichig, sondern recht zäh und harzig ist, oder das Pulver derselben, 1 bis 2 Quint; teile 1 Quint in 3 oder 4-, 2 Quint hingegen in 6 bis 8 Teile: und neme alle Stunden, bis es anzugreifen begint, länger aber nicht, jederzeit einen dergleichen Teil, mit was lauwarmen, am besten mit Zwetschgenbrüh, (auch Hüner-,) oder anderer Fleisch-, wie auch Erbsenbrüh, nicht minder mit schwachem Caffe ohne Milch), ein; halte sich dabei in Kleidern māsig, warm, oder bei küler Witterung in einem, auch nur māsig, geheiztem Zimmer auf; bewege sich nach jedem Einnemen, und nach jeder Wirkung des Laxirs gelinde, doch ja nicht so stark, daß ein Schweis folgt (welches die Wirkung des Laxirs sehr hindern, ja wol gänzlich unterdrüken würde); und trinke auch, nach jeder erfolgter Operation, noch etwas von einer, der obgedachten, Brühen, nach.

Man kan auch das ganze Quint Jalapa, mit Honig oder zerlassenem Zuker vermischt-, oder sicherer, jeden Teil, den man einnimt, mit solchem eingerürt, brauchen. Dieses ist, besonders, bei ekeln-, oder dergleichen Personen, welche nichts einnemen können; ingleichen bei Kindern, welchen man nichts beizubringen vermag, von grosem Nuzen; massen durch den süsen Geschmak des Zukers oder Honigs, das ekelhafte des Laxirs, meistens gänzlich getilgt wird. Nur ist nötig, sich vorher zu erkundigen, ob solche Personen das Süse vertragen können, oder nicht. Im lezten Fal ist, natürlicher Weise, der Zuker oder Honig wegzulassen; wofür sodenn eine beliebige Menge Zwetschgen- oder

Apfelmus, Holunder-, Wachholder-, oder Hiftenlatwerge, dem Laxir beigemischt werden kan. z. E.

Jalapawurz, zart gepülvert 1 Quint.
Honig, Zuker, Wachholderlatwerge ꝛc, oder sonst eines von den Angezeigten, 1/4, 1/2 oder 1 Lot.

Recht wol zusammen gemischt. Hievon stündlich, bis es anzugreifen begint, länger ja nicht, den 4ten Teil ohngefär genommen, und sich dabei, wie oben gedacht, verhalten.

2 Tissots Laxirpulver.

Man neme Jalapawurz.
Sennesbläter.
Weinsteinram oder Crystallen, iedes 1/2 Quint.
In ein Pulver zusammengemischt, und auf ein-, oder 2-, 3 mal, binnen 2 Stunden, genommen.

3 Nuzbare Laxirpulver von Rhabarber.

Man neme feine Rhabarber, oder bei starken hart anzugreifenden Personen, stat der Rhabarber, eben so viel Jalapawurz.

Unausgesüst schweistreibendes Spiesglas (Antimonium diaphoreticum non ablutum) NB am besten frisch verfertigt, von jedem 10-, 15 Gran, oder Goldasse schwer.

Weinsteincrystallen oder tartari solubilis, 1/3 oder 1/2 2/3-, bis ein ganzes Quint.

Goldschwefel aus dem Spiesglas von dem 3ten Niederschlag, (sulfuris antimonii aurati tertiae praecipitationis), 1 Gran oder Gol-As schwer.

Zusammengemischt, 6 dergleichen Pulver verfertigen lassen. Hievon Früh, stündlich, eines genommen, bis es anzugreifen begint; und sich so dabei verhalten, wie oben beim ersten Laxirpulver erinnert worden.

Das

Das schweistreibende Spiesglas (Antimonium diaphoreticum) darf nicht alt sein, weil es sonst gemeiniglich Ekel und Erbrechen zu erregen pflegt. Auch bei hizigen-, sonderlich Faul- und Gallenfiebern, wenn Ausfürung vonnöten, ist dieses Pulver von vorzüglicher Wirkung. Früh und Nachmittags, stat der andern Arznei, eine Portion gebraucht, hält es insgemein den Leib gehörig ofen, und fürt alle Unreinigkeiten, nach und nach, gelind ab.

Bei hizigen Krankheiten sind in diesem Pulver die Weinsteincrystallen dem tartaro solubili öfters vorzuziehen.

Wer solches von stärkerer Wirkung verlangt, seze, wie oben gedacht, stat- oder zu der Rhabarber, eben so viel im Gewicht, gute Jalapawurzel, zu den andern Ingredientien.

4) Rhabarber und Cremor tartari, von jedem 1/4 Quint, miteinander vermischt, und alle Stunde ein dergleichen Pulver genommen, bis es anzugreifen beginnt: länger aber nicht. Ist, sonderlich in hizigen Faul-, Magen- und Gallenfiebern, eben so sicher, ja fast noch sicherer, als erstgemeldetes Nro 3, zu brauchen. Wer gegen das unausgesüste schweistreibende Spiesglas etwas einzuwenden hat; kan sich dieses Pulvers stat jenes bedienen, wo das Spizglas beigemischt worden. Gedachtes Spiesglas ist aber sonst bei Fieberumständen sehr dienlich. 1 Gran Spiesglasschwefel von 3ten Niederschlag kan doch auch, zu jeder Portion dieses Pulvers, noch beigemischt werden.

5) Eben so werden diese Pulver, aus der Jalapa und dem Weinsteinram oder Crystallen, (cremore oder crystallis tartari), zu gleichen Teilen, von jedem 1/4 Quint, zubereitet; wenn solche stärker erfodert werden.

6) Wenn grose Hize-, oder ein hiziges Fieber, und besonders ein bitterer Geschmak dabei vorhanden; so

wird

wird, um zu laxiren, stündlich 1 bis 2 Quint pulverisirter Cremor tartari, oder eben so viel Weinsteincrystallen, mit Wasser, oder einem andern wäsrigen Getränk, genommen; bis 1-, 2-, oder 3 Lot verbraucht worden. Es dämpft die gallige Schärfe, und leistet auch, bei gewissen Arten der Wassersucht, und in der Kur, gute Wirkung.

7) Ist jemand mit vieler Säure geplagt, z. E. saurem Aufstosen ꝛc, so wird eine feine Magnesia alba, stündlich zu 1/2, 1-, bis 2 Quint, mit Wasser genommen, und auf solche Weise 1-6 Quint täglich verbraucht, ungemeine Dienste tun, die Säure des Magens augenbliklich dämpfen, mit dieser in ein Mittelsalz übergehen, und auf solche Weise, wie das Englische- oder ein ander Mitelsalz, zuerst auflösen, sodenn-, und zwar, oftmals sehr häufig, jedoch ohne Ermattung oder andern Schaden, laxiren; welches um so zuträglicher ist, weil dadurch die saure Schärfe sowol verbessert-, als aus dem Leib geschaft wird. Sie verrichtet ihre Wirkung sehr gelind, ohne die mindesten Schmerzen, treibt zugleich die Blähungen, und fürt öfters einen abscheulichen-, zuweilen sogar schwarzen, Unrat, in groser Menge, fort. Von der kalcinirten ist die Helfte der Portion hinlänglich: und diese, vor der gewönlichen, anzuraten.

Die aus dem Englischen-, oder einem andern bittern-, z. E. Seidschüzer Salz verfertigte, wird der, aus der Mutterlauge des Salpeters zubereiteten, vorgezogen. Die frisch kalcinirte hat, in Ansehung des Einschlukens der Säure, den Vorzug, vor der lang vorher-, oder gar nicht kalcinirten. Sie mus in gläsernen oder steinernen Gefäsen vor der Luft wol verwart werden.

b Pillen.

1 Die Wiener oder Hänischen.

Man nimt

Extra-

Extracti catholici, 10 Gran.
Jalapenharz.
Scammoneum, jedes 5 Gran.
Verfertigt, mit Hülfe etlicher Tropfen rectificirten Brandweins, 15 Pillen daraus.

Hievon Nachts, bei Schlafengehen, 5, Früh alle 3 Stunden, noch 5 genommen. Sind vortreflich, und sehr sicher zu gebrauchen.

2 Die Junkerischen Laxir- oder Catharrhalpillen.

Man nimt Extracti Panchymagogi Crollii, 12 Gran.
Jalapenharz, 6 Gran.
Versüßtes Quecksilber, 2 Gran.
Citronenöl, 1 Tropfen.

Hieraus werden ebenfals 15 Pillen verfertigt, welche versilbert oder vergoldet werden können.

Der Gebrauch ist der nämliche, wie der, der Wiener Pillen.

3 Beccherische Pillen.

Man nimt die Extracte von Cardobenedicten.
Löfelkraut -
Wermut -
Quaiac -
Rhabarber -
Kermesber -
Extract von Safran.
Venetianischen Mithridat.
Gummi von Epheu (Gummi hederae.)
Wachholdergummi.
Der besten Aloe (aloe Socotrina, oder des wäsrigen Aloëxtract)
Auserlesener Myrrhen.
Schwefelblumen, jedes 1/2 Quint.

Hieraus werden, mit einer hinlänglichen Quantität vom Elixir Proprietatis des Paracelsus, Pillen einer Erbsen gros verfertigt.

Diese Composition schreibt sich vom Becher selbst her, als welcher solche einigen seiner Freunde eigenhändig mitgeteilt hat.

B S B
MÜNCHEN

Man mischt alles sorgfältig untereinander, und fertigt Pillen daraus, eines Gran schwer: welche zu übersilbern.

4 Stahlische Pillen.

Man neme der Extracte von Wermut -
Löfelkraut -
Taubenkropf -
Cardobenedicten -
Schwarzer Nieswurz, von jedem 5 Quint.
Gummi von Epheu (G. hederae.)
Wachholdergummi -
Benzoe, jedes 3 Quint.
Auserlesene Myrrhen -
Aloe von Socotra, von jedem 2 Lot.
Schwefelblumen, 2 Quint.
Safran, 1 Quint.
Vitriolisirten Weinstein -
Gereinigten Salpeter, von jedem 1 Lot.
Venetianischen Terpentin, 2 Quint.

Man verfertigt hieraus Pillen 1 Grans schwer, und versilbert solche.

5 Die Hallischen Polychrestpillen.

Man nimt Epheugummi,
Wachholdergummi, von jedem 10 Lot.
Des wäsrigen Extracts aus Myrrhen -
Aloe -
Löfelkraut -
Des mit Wein zubereiteten Extracts von
Cardobenedicten -
Wermut, von jedem 6 Lot.
Taubenkropf -
Tausendgüldenkraut -
Des wäsrigen Rhabarberextracts -
Gekochten Venetianischen Terpentin, von jedem 4 Lot.

Man verfertigt daraus Pillen, 1 Gran schwer; welche zu versilbern.

Der

Der selige geheimde Rat Büchner, welchem ich diese Zusammensezung zu verdanken, hat mich von deren Aechtheit öfters persönlich versichert.

6 Junkers balsamische Pillen.

Man neme Wachholdergummi -
Epheugummi -
Den wäsrigen Extract von Aloe -
Myrrhen, von jedem 1 Scrupel.
Des mit Wein verfertigten Extracts von
Löfelkraut -
Cardobenedicten, jedes 16 Gran.
Taubenkropf.
Des wäsrigen Extracts von schwarzer Nieswurz, von jedem 8 Gran.
Venetianischen gekochten Terpentin, 10 Gran.

Man vermische alles genau, und verfertige Pillen eines Grans schwer daraus: welche zu versilbern.

Diese Pillen sind beinahe die vorzüglichsten, unter allen polychrest-, und balsamischen, Pillen. Der selige Erfinder pflegte immer von ihnen zu sagen: sie haben Menschenverstand, in Ansehung ihrer sichern und heilsamen Wirkung.

Diese Pillen sämtlich (Nro 3 bis 6), werden, zu 5-, 7-, 9-, 15-, und mereren Stüken, auf einmal, in was es gefällig, genommen: nachdem die Personen stark-, oder schwächlich-; und die Krankheit beschafen ist.

7 Die simpelste Art Pillen.

Man lasse sich in der Apotheke aus 3 - 6, oder auch 8 Gran, Leberaloe (Aloë hepatica,) 2 bis 3 Pillen verfertigen, verschluke hievon eine bei Schlafengehen, die andere Früh, nüchtern; so wird meistens gelinde-, doch hinlängliche, Wirkung erfolgen. Wer aber zur goldenen Ader geneigt ist, mus diese Pillen, nebst allen, aus der Aloe zubereiteten, Mitteln, entweder gänzlich meiden, oder nicht oft, auch nur sehr mäsig, in Gebrauch ziehen. Diese hier angegebenen haben, auser der Gröse, viele Aenlichkeit mit den sogenanten Frankfurter Pillen.

8 Hallische Obstructionspillen.

Man nimt

Wäsrigen Aloe Extract, 1 Scrupel.
Extracti Panchymagogi Crollii, 1/2 Scrupel.
Zart geriebene Stalfeile, 5 Gran.
Hieraus Pillen eines Grans schwer formirt.

Eine einzige ist meistens schon hinlänglich, Oefnung zu erregen; Früh oder auch nur Abends allein genommen. Aber die Natur gewönt sich leichtlich dran, dergestalt, daß man Beispiele weis, wo 30 Grane keine Wirkung mehr getan haben.

c Laxirsaft.

Man nimt Jalapenharz 6-, 8-, 10 bis 12 Grane.
Recht frisches, ohne Feuer gepreßtes, süses Mandelöl, so viel Tropfen, als Jalapenharz, oder auch nur halb so viel.

Beides wird tüchtig untereinander gerieben; sodenn gießt man, unter noch beständig fortdaurendem Herumrüren, dazu:

Mit Wein abgezogenes Zimtwasser 1/2-, 1 bis 2 Quint. Rürt abermal alles, bis zur gänzlichen Auflösung, stark herum. Alsdenn mischt man, bei hart anzugreifenden, noch dazu bei:

Versüßtes Quecksilber, 2 bis 6 Gran.
Zu beiderlei aber noch, den Rosen-, Violen-, Pfirsich-, Schlehenblüt-, oder auch den Wegwarten-Syrup mit Rhabarber, 1 bis 2 Lot.

Hievon wird stündlich, bis es anzugreifen begint, länger aber nicht, ohngefär der vierte Teil, recht stark unter einander gerürt, genommen. Das Verhalten dabei ist das nämliche, wie oben, beim ersten Pulver, angezeigt worden.

Um das Laxir recht wolschmekend zu machen, können, stat der gemeldeten Syrupe, die von Himberen, Erdberen, schwarz Kirschen, Zimt ꝛc, mit denen Ingredientien des Laxirs, vermischt werden. Allenfals kan auch

auch, bei empfindlichen Personen, das versüste Queksilber, wegbleiben.

d Laxirsalze.

Die Mittelsalze, als das Englische, Sedlizer, Seidschüzer, das Glauber-, oder Seignettesalz, zu 4 bis 6 Quint; oder gewönlich zu 2-, bisweilen auch 3 Lot, im warmen oder kalten Wasser aufgelöst, genommen, geben auch recht gute Laxirmittel ab. Vor allen diesen, hat das, von dem berümten Herrn Präsidenten, geheimden Hofrat von Delius in Erlang, entdekte Fridrichsalz, als ein natürliches Glauberisches Wundersalz, beinahe den Vorzug: indem es ausnemend gelind laxirt. Es macht uns fast alle übrigen Mittelsalze ziemlich entberlich: ist auch als ein auflösendes, verdünnendes und Digestivmittel, von ungemein guter Wirkung; nicht minder unter Temperirpulvern, wenn es zerfallen, sehr nüzlich. Dabei vom wolfeilsten Preis: so, daß auch ein Armer, dieser Woltat für das menschliche Geschlecht, sich zu erfreuen hat.

Es leistet solches, nach unzeliger-, auch meiner viel- und sorgfältig angestellten eigenen Erfarung, die nämliche Wirkung, wie das, auf gewönliche Weise verfertigte, oder auch das Gravenhorstische, Glaubersalz. Es ist auch von weit erträglicherm Geschmak, als die übrigen Bittersalze.

Zerfallen, ist die Helfte zur Wirkung hinlänglich. z. E., wenn sonsten 2 Lot Crystallen zum Laxir erforderlich; so leistet 1 Lot von dem zerfallenen die nämliche Wirkung.

Ist es um ein Laxir von geschwinder Wirkung zu tun; so schikt sich zu solchem Entzwek dieses-, oder sonst eines der eben erst gedachten Salze, am besten. Man nimt gewönlicher Weise 2 Lot Salz, schüttet solches in ein Trinkglas, giest Wasser drauf, rürts Abends, bis zum gänzlichen Auflösen, etlichemal herum, läst es die Nacht über wol bedekt stehen, rürts Früh abermal untereinander, trinkts schleunig mit einemmal aus, und sogleich noch was Wasser oder etwas

anders Flüssiges drauf, um den übeln Geschmak in Eil wieder aus dem Mund zu bringen.

Die Pulver und Tränklein wirken auch schneller, als die Pillen, welche ihren Effect am langsamsten erweisen; weil solche erst nach und nach, im Magen und den Gedärmen, aufgelöst werden.

c. Ein laxirender Kräuterwein, im Früling oder Herbst zu brauchen.

Enzianwurz-
Zaunrübenwurz-
Rhabarber- (stat 2-, bei stärkern Personen 3-4 Lot, oder stat Rhabarber) Jalapenwurz-
Cardobenedicten-, oder Bitterkle-
Die Blätgen von Tausenguldenkraut-
Fenchelsamen-
Gereinigten Lerchenschwam,
von jedem 2 Lot.
Cremoris tartari.
Gereinigte Potasche, von jedem 1/2-1 Lot.

Alles klein zerschnitten und zerstosen, in ein Säklein loker gefült, in einen neuen Topf getan, mit 1/2, oder 1 Mas siedend Wasser in die Wärme z. E. in heise Asche, gestelt, 24 Stunden stehen lassen; und das Säklein indessen oftmals ausgedrükt. Alsdenn wird noch 1-, 1 1/2 Mas alter Wein drüber gegossen. Man läst es nun an einem temperirten Ort noch 1-, 4 Stunden unter oftmaligem Ausdrüken, stehen. Hievon Früh, nüchtern, auch Nachmittags um 4, ein Stengelglas vol, überschlagen, genosen; ein halbes oder ganzes Glas mehr oder weniger; nachdem es des Tags, unter 4-, oder über 8 mal, angreift. Ist die Wirkung alzustark, und erfolgt grose Mattigkeit; so kan der Kräuterwein nur über den andern-, oder dritten Tag, oder täglich nur die Helfte der angezeigten Dosis, genommen werden. Bei sehr empfindlichen und schwachen Personen bleiben nicht nur die Jalapa, sondern auch die Zaunrüben gänzlich weg. Bei hart anzugreifenden Personen hin-

gegen kan, entweder Jalapa und Zaunrüben verdoppelt;, oder zur gewönlichen Dosi noch 1;, 2 Lot Fasern der schwarzen Nieswurz, oder gar 1 ; 2 Lot Coloquinten, beigesezt werden.

B Bei Kindern.

1) Pulver.

Einem neugebornen Kind gab der berümte alte G. W. Wedel

3 Gran Rhabarbar, mit

3 Gran rectificirten Spiesglaszinober vermischt; entweder pur, oder mit 1/2 Quint Honig-, auch 1/2 -1 Quint altem Wein vermischt, auf einmal.

In seiner 55 järigen Praxi bediente sich solcher dieses ungekünstelten Mittels beständig, mit gesegnetem Erfolg. Dieses taten auch dessen, gleich berümter, Son, der grose Practicus, Johann Adolf Wedel; mit-, und nach ihm, auch des leztern Tochterman Hamberger: alle lebenslänglich. Man wolte beobachten, daß Kinder, welche mit diesem Mittel öfters ausgefürt worden, seltener Anfälle von Convulsionen erlitten; auch bei andern Krankheiten meistens viel gelinder durchgekommen. Ich gebe aber dafür, entweder 3 bis 4 Gran Rhabarber alleine, mit gleich gutem Erfolg; oder ein halb Gran Sulfuris antimonii aurati tertiae praecipitationis, mit 2 bis 3 Gran Rhabarberpulver vermischt, mit einem Theelöfelein Honig, oder auch mit Wasser.

2) Saft.

Der beste ist der Cichoriensaft, mit Rhabarber (Syrupus de Cichoreo cum Rhabarbaro) zu 1/2 oder 1 Lot, auf etlichemal, in den ersten 12 oder 24 Stunden, nach der Geburt, gegeben.

Mannasaft leistet dieses nicht. Buter ist ofenbar schädlich; auch Buter mit Honig vermischt, tut wenig, oder nachteilige Wirkung.

3) Boerhaave gab

1 Quint Honig, mit

2 Quint weisem Wein vermischt,

auf etlichemal, gleich nach der Geburt.

Das Rhabarberpulver, nebst dem Cichoriensaft, haben mir jederzeit die besten Dienste geleistet. Es können auch, ohne Bedenken, 1 : 4 und merere Grane, Venetianische : oder Alicante Saife, beigemischt werden.

Es ist besser und sicherer, wenn ein Laxir in verschiedene Teile abgeteilt, und nach und nach gegeben wird. Es weichet solchergestalt stärker auf, und fürt gemächlicher ab. Man kan auch dabei keinen Irtum begehen: denn wenn eine oder 2 Abteilungen schon beträchtliche Wirkung tun; so lert die Vernunft ohnehin, daß die Natur leicht anzugreifen sei, und ich nichts :, oder wenig mehr, zu geben habe.

Weiter, als bis ein Laxir anzugreifen begint, wird deshalben nichts eingenommen, damit nicht unmäsige Wirkung darauf erfolgen möge. Wenn aber ein Laxir nur ein bis 2mal Wirkung tut, und sodenn ferner keine mehr verspürt wird; so kan, nach 2 bis 3 Stunden, immer noch ein Teil des Laxirmittels nachgenommen werden.

Sonst ists gewönlich, den Abend vor dem Gebrauch eines Laxirs, beim Schlafengehen, ein Digestivmittel zu geben. Dieses kan in 1/2, 1 Quint Cremor tartari oder so viel dessen Crystallen, pur, oder allenfals mit 8 bis 10 Gran schwer Aronpulver vermischt; bei vieler verspürter Säure hingegen, aus 1/2-, 1 bis 2 Quint von der Magnesia alba; sonst auch in einem Mittelsalz, als 1 Quint Friedrichssalz in Crystallen, bestehen. Oder man nimt den dritten- oder vierten Teil des Laxirs selbst, den Abendvorher, schon zum voraus, ein; welches aufweicht, und die Stelle eines Digestivs vertrit. z. E. von denen, oben Nro 1 gemeldeten, 15 Hänischen Pillen, können Abends vor dem Gebrauch, stat eines Digestivs, wie erst erwänt worden, schon 3 bis 5 Stüke, bei Schlafengehen, genommen werden.

Bei hizigen Krankheiten sind keine andere Laxire dienlich, als

1 Die Pulver Nro 3, 4, 5, 6.
2 Eines der Salze.

Am besten wird, in solchem Fal vorzüglich, wie in allen übrigen, der Arzt vorher zu Rat gezogen.

B S B
MÜNCHEN

4 nn. Bl., 56; 104 SS.

95/1704

BSB Bayerische StaatsBibliothek
MDZ Münchener DigitalisierungsZentrum Digitale Bibliothek

Krüger, Johann Gottlob, 1715-1759

Lehrsätze der Diät oder Lebensordnung eines der größten Aerzte Nebst einem Anhang, diese Lehrsätze bei Gesunden und Kranken gut anzuwenden, eine Krankengeschichte richtig abzufassen, Kranke gehörig auszufragen. Endlich eine Anweisung zur Verfertigung verschiedener bewährter Heilsonderlich

Nürnberg ; Altdorf 1794

Path. 1548 x
urn:nbn:de:bvb:12-bsb11017718-8
VD18 13139517